ครั้ม



อนุสรณ์

เนื่องในงานฌาปนกิจศพ

นายคริ้ม แฟงรอด



ณ เมรุวัดชลประทานรังสฤษฎ์

วันอาทิตย์ที่ ๙ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๑๖

ขอกราบขอบพระคุณ

ท่านที่ได้กรุณามาร่วมในงานฌาปนกิจศพ

นายคริ้ม แฟงรอด

ประจวบ จุลชาต

วราภรณ์ แก้วสนธิ

ปริดา ศาสตระรุจิ

นาฏอนงค์ หิรัญบูรณะ

คำนำ

เนื่องจาก นายคริ้ม แฟงรอด ได้ถึงแก่กรรม เมื่อวันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๑๖ ณ โรงพยาบาลศิริราช ซึ่งนำความโศกเศร้ามาสู่ภริยา ธิดา ญาติมิตร และผู้คุ้นเคยเป็นอย่างมากหลังจากนั้นได้เชิญศพจากโรงพยาบาลศิริราชมาทำพิธีรดน้ำ และตั้งศพสวดพระอภิธรรม ณ วัดชลประทานรังสฤษฎ์ เป็นเวลา ๙ วัน ได้มีญาติมิตร ตลอดจนผู้คุ้นเคยมาร่วมพิธีทุกคืน จนกระทั่งได้ทำการบรรจุศพในคืนวันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๖ หลังจากนั้นได้ทำพิธีบำเพ็ญกุศลครบ ๕๐ วัน และ ๑๐๐ วัน ที่วัดชลประทานรังสฤษฎ์

ในโอกาสวันฌาปนกิจศพ นายคริ้ม แฟงรอด ในวันที่ ๙ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๖ เจ้าภาพมีความประสงค์จะจัดพิมพ์หนังสือขึ้นเพื่อเป็นอนุสรณ์ ซึ่งในการนี้ พระราชนันทมุนี (ภิกขุปัญญา นันทมุนี) แห่งวัดชลประทานรังสฤษฎ์ ได้กรุณามอบ "ปาฐกถาธรรม" แพทย์หญิง อนงค์ เพียงกิจกรรม แห่งโรงพยาบาลศิริราช ได้กรุณามอบเรื่อง "โรคของต่อมน้ำเหลือง" แพทย์หญิง สุนิตย์ จันทร์ประเสริฐ แห่งโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ได้กรุณามอบเรื่อง "เบาหวาน" และมหาวงศ์ เชาวนะกวี ได้กรุณามอบเรื่อง "ความเป็นมาของพระพุทธบาท" เจ้าภาพขอนมัสการกราบขอบพระคุณ พระราชนันทมุนี (ภิกขุปัญญา นันทมุนี) แพทย์หญิง อนงค์ เพียงกิจกรรม แพทย์หญิง สุนิตย์ จันทร์ประเสริฐ และมหาวงศ์ เชาวนะกวี ตลอดจน พลอากาศตรี สรรเสริญ วานิชย์ ที่ได้กรุณาช่วยจัดพิมพ์หนังสือนี้ ตลอดทั้งผู้ที่เกี่ยวข้อง.



นายครึ้ม แฟงรอด

ชาตะ ๑๐ สิงหาคม ๒๔๕๑

มรณะ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖

ประวัติ

นายครื้ม แฟงรอด เกิดเมื่อวันที่ ๑๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๕๑ ณ บ้านเกาะเกร็ด อ. ปากเกร็ด จ. นนทบุรี เป็นบุตรคนที่ ๓ ของนายเคลือบ และ นางสมบุญ แฟงรอด มีพี่น้องร่วมบิดามารดา ๓ คน คือ นายคล้าย และ นายคร้าม แฟงรอด เป็นพี่ชาย นางเสงี่ยม คงบึ่น เป็นน้องสาว

นายครื้ม แฟงรอด ได้สมรสกับ นางยิ้ม ศรีโกมุท มีธิดารวมกัน ๕ คน คือ

๑) นางประจวบ จุลชาต สมรสกับ น.อ. นายแพทย์จีรัง จุลชาต

๒) นางวราภรณ์ แก้วสนธิ สมรสกับ นายนิพนธ์ แก้วสนธิ

๓) นางปริดา ศาสตระรุจิ สมรสกับ นายปริญญา ศาสตระรุจิ

๔) ด.ญ. ประทีป แฟงรอด (ถึงแก่กรรมเมื่ออายุ ๓ ขวบ)

๕) ร.ต.หญิง นาฏอนงค์ หิรัญบูรณะ สมรสกับ พ.ท. สุรินทร์ หิรัญบูรณะ

หลังจากที่นายครื้ม แฟงรอด จบการศึกษาแล้วก็ได้ประกอบธุรกิจการค้า โดยติดต่อทำการค้าในหลายจังหวัดทางภาคเหนือประมาณ ๒๐ ปีเศษ หลังจากนั้นก็ได้รับแต่งตั้งให้เป็นกรรมการสันนิบาตสหกรณ์ และเป็นรองประธานสหกรณ์ขายส่งแห่งประเทศไทย ครั้งสุดท้ายได้เป็นกรรมการผู้จัดการ ในบริษัทถนนราชดำริ (Thai–Japan Co. Ltd.) ที.เจ.ซี. จำกัด จนกระทั่งถึงแก่กรรม

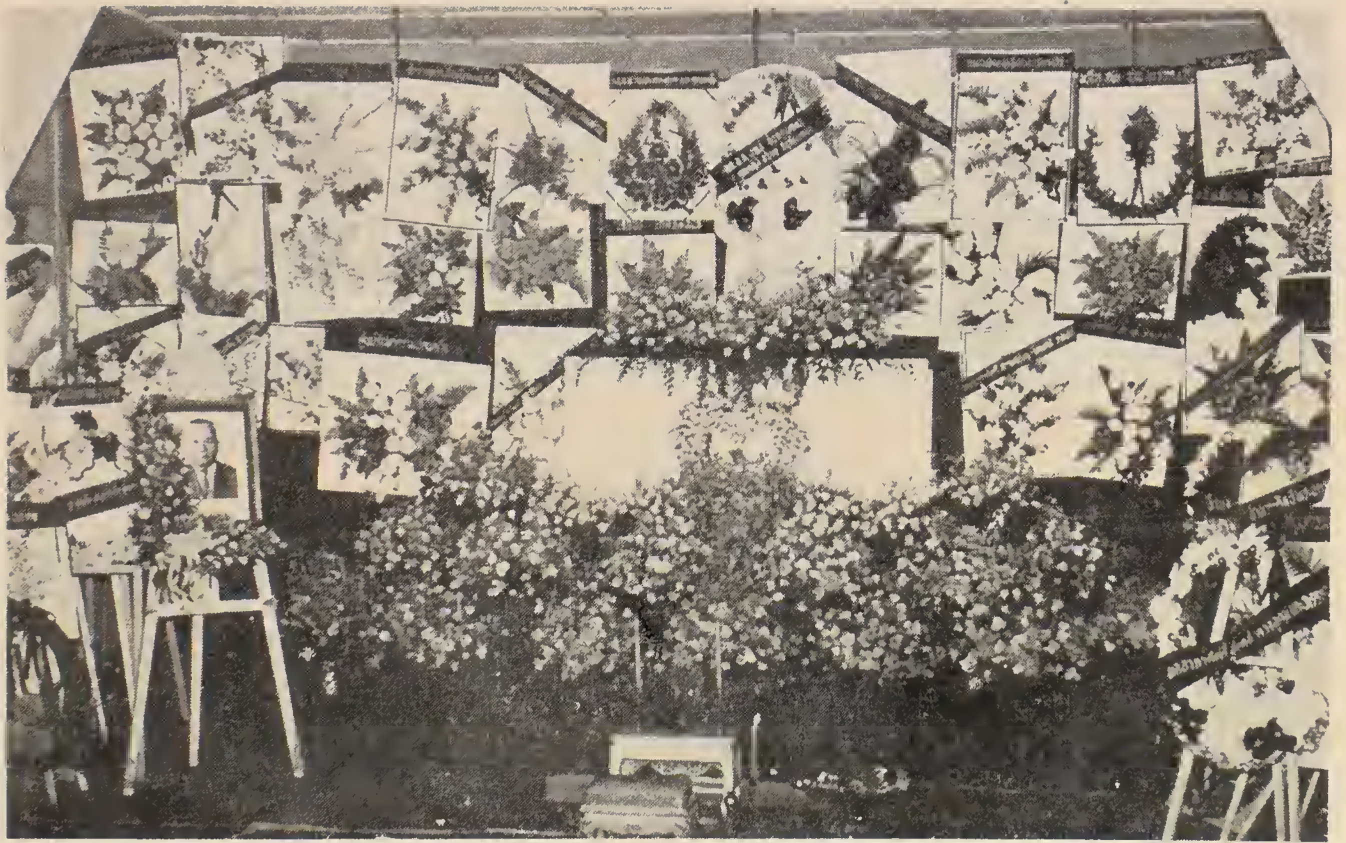
ในขณะเดียวกันท่านก็สนใจงานทางด้านเกษตรโดยมีนักเกษตรร่วมให้คำปรึกษาจะเห็นได้ว่าผลไม้ทุกชนิดที่ท่านผลิตขึ้นมาล้วนแต่มีชื่อเสียงเป็นที่ยกย่องของคนทั่วไปว่ามีรสดีมาก จากผลดังกล่าวนี้ ท่านจึงได้รับแต่งตั้งให้เป็นกรรมการประกวดผลไม้ของจังหวัดนนทบุรีทุก ๆ ปี เรื่อยมา จนกระทั่งสิ้นชีวิต

นายครื้ม แฟงรอด เริ่มป่วยเป็นโรคเบาหวานเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๐๗ ได้รับการรักษาจนทุเลา ก่อนถึงแก่กรรมประมาณ ๓ เดือน เริ่มมีอาการเป็นไข้ ต่อมน้ำเหลืองที่คอโต แพทย์ตรวจพบว่าเป็นมะเร็งในต่อมน้ำเหลือง (HODGINS) แพทย์ผู้ให้การรักษาได้พยายามอย่างดีที่สุดในการที่จะช่วยรักษาชีวิต แต่อาการของโรคได้ลุกลามมากจนเกินขั้นที่จะบำบัดได้ นายครื้ม แฟงรอด จึงได้ถึงแก่กรรมลงเมื่อวันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๖ ณ ร.พ. ศิริราช ในโอกาสนี้เจ้าภาพขอกราบขอบพระคุณบรรดานายแพทย์พยาบาล ศาสตราจารย์ นายแพทย์ วิกิจ วีรานุวัติ น.อ. นายแพทย์ สนอง ศุขเสงี่ยม แพทย์หญิง อนงค์ เพียรกิจกรรม น.ท. นายแพทย์ กิตติ เย็นสุดใจ น.ท. นายแพทย์ วิรัช สกุลทับ นายแพทย์ ไพบูลย์ บุษย์ธำรงค์ แพทย์และพยาบาลผู้เกี่ยวข้องในการช่วยเหลือให้การรักษาเป็นอย่างสูง

นายครื้ม แฟงรอด เป็นผู้ที่มีนิสัยเยือกเย็นสุขุม มีความยุติธรรมและเมตตากรุณาต่อคนทั่ว ๆ ไป เอาใจใส่ต่อการศึกษาของลูกและหลานมีใจศรัทธาในการสร้างกุศลดังจะเห็นได้จากขณะที่รักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลศิริราช หลังจากที่ไม่รู้สึกตัวมาเป็นเวลา ๔ วัน ได้กลับรู้สึกตัวขึ้นมาใหม่ ก็ยังอุตส่าห์สั่งเสียกับลูก ๆ ว่า ถ้ามีโอกาสให้เอาทุนทรัพย์ของท่านทำบุญตามที่เห็นสมควร ประกอบอาชีพด้วยความซื่อสัตย์สุจริต มีระเบียบวินัยขอบช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ.



ถ่ายครั้งสุดท้าย ทำบุญบ้านที่ตลาดปากเกร็ด
คุณพ่อเริ่มป่วยแล้ว



ขณะตั้งศพบำเพ็ญกุศล



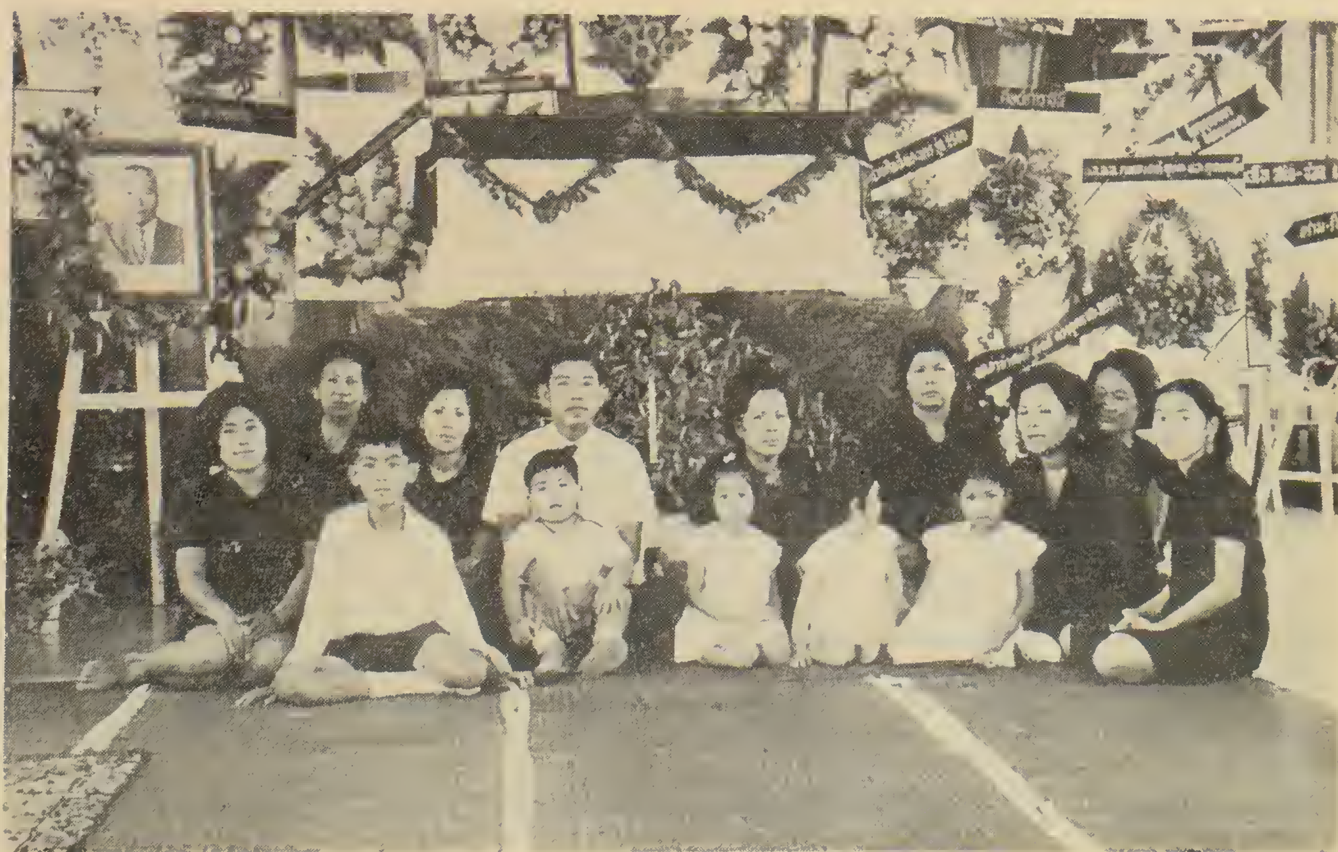
ภรรยา – ธิดา



ภรรยา – ธิดา



ภรรยา – บุตรธิดา



บุตรหลานและญาติมิตร วันทำบุญครบ ๗ วัน



ภรรยา บุตรธิดา ญาติ



ภรรยา บุตร ธิดา ญาติมิตร

เจ้าภาพสวดพระอภิธรรมและบรรจุศพ

นายคริ้ม แฟงรอด

ณ วัดชลประทานรังสฤษฎ์

๑๗ กุมภาพันธ์ – ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖



วันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖	ภรรยาและบุตร, ศูนย์เอสโซ่แจ้งวัฒนะ คุณสมศักดิ์ ปาจารย์, คุณทองดี–ประทาน อุณหสุนทร, คุณถวิล–นวลนิตย์ลาภเจริญ
วันที่ ๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖	โรงพยาบาลบำราศนราดูร
วันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖	พล.อ.อ. บัว ศิริทรัพย์ และครอบครัว นายทหารอากาศ
วันที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖	ผู้ว่าราชการจังหวัดปทุมธานี, ข้าราชการ กรมพัฒนาชุมชน สหกรณ์อำเภอปากเกร็ด, ศิษย์เก่าอำนวยศิลป์ รุ่น ๒๕๐๐
วันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖	แผนกสูตินารีกรรม โรงพยาบาลภูมิพล
วันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖	โรงพยาบาลภูมิพล, นายอำเภอปากเกร็ด และข้าราชการอำเภอปากเกร็ด

วันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖ ศูนย์รักษาความปลอดภัย, รัฐศาสตร์จุฬา รุ่น ๑๓, โรงงานกระดาษปากเกร็ด, โรงเลื่อยจักรตั้กเส็ง, ราษฎรตำบลเกาะเกร็ด, ร้านค้าไม้แก้วแสง

วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖ คณะครูโรงเรียนปากเกร็ด, สมาคมศิษย์เก่าโรงเรียนปากเกร็ด วัดเสาธงทอง

วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖ คุณหญิงทองดี อัชราชทรงสิริและครอบครัว

ลูก ๆ ขอกราบขอบพระคุณท่านที่เป็นเจ้าภาพ และมาร่วมสวดพระอภิธรรมเป็นอย่างสูง.

"คุณพ่อของลูก"

ลูกทุก ๆ คนรู้ดีว่า คุณพ่อมีความรักและห่วงใยลูกมากเพียงใด แม้แต่เวลาที่คุณพ่อกำลังป่วยหนัก และใกล้จะหมดความรู้สึก คุณพ่อก็พยายามที่จะเรียกลูกเข้าไปใกล้ ๆ และฝากฝังให้ลูกทั้ง ๔ คน รักกันอย่าทอดทิ้งกัน ใครมีเรื่องเดือดเนื้อร้อนใจก็ขอให้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ขณะที่คุณพ่อพูดน้ำตาของคุณพ่อไหลเป็นทาง นั่นไม่ได้หมายความว่าคุณพ่อของลูกเป็นคนอ่อนแอ แต่ ลูกก็รู้ว่าเป็นน้ำตาที่คุณพ่ออาลัยและเป็นห่วงลูกอย่างเหลือเกิน

คุณพ่อพยายามทุกวิถีทางที่จะให้ลูกทุกคนมีความสุข คุณพ่อไม่เคยลงโทษตีลูกคนใดเลย ถ้าลูกคนใดทำผิด คุณพ่อจะเรียกไปอบรมและสั่งสอน คุณพ่อพยายามส่งเสริมให้ลูกได้รับการศึกษา สถานศึกษาแห่งใดเป็นที่นิยมและมีชื่อเสียง คุณพ่อจะส่งให้ลูกเรียนทันที โดยไม่คำนึงถึงความยากลำบาก สิ่งใดที่คุณพ่อเห็นว่าลูกควรจะมีเพื่อให้ทัดเทียมเพื่อนฝูง คุณพ่อจะจัดซื้อหาให้ทันทีทั้ง ๆ ที่นิสัยแท้จริงแล้วคุณพ่อเป็นคนตระหนี่เหนียวแน่น แต่สำหรับลูกแล้ว คุณพ่อไม่เคยเสียดายเลย คุณพ่อมักจะพูดเสมอว่า "พ่อหาเงินได้ ๑ บาท จะใช้ส่วนตัวเพียงสลึงเดียวอีก ๓ สลึงพ่อจะเก็บไว้ให้ลูก"

ความรักและความเป็นห่วงที่คุณพ่อมีต่อลูกมาก ถึงแม้ว่าลูก ๆ ของคุณพ่อเติบโตมีครอบครัวไปแล้วก็ตาม คุณพ่อก็ไม่เคยทอดทิ้ง หมั่นถามถึงทุกข์สุขอยู่เสมอ ถ้าลูกคนใดมีความสุขคุณพ่อก็จะดีใจ และถ้าลูกคนใดมีความทุกข์ คุณพ่อจะเข้ามาช่วยเหลือทันที โดยที่คุณพ่อจะไม่พูดให้ลูกต้องชอกช้ำน้ำใจแต่ประการใด คุณพ่อมักจะเตือนสติลูก ๆ อยู่เสมอว่า "เดือนหนึ่งหาเงินได้เท่าไห่ ไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่ว่าเดือนหนึ่งมีเงินเหลือ

เท่าใด ถ้าได้เดือนละ ๑๐,๐๐๐ บาท แต่ใช้หมดก็สู้คนที่ได้ เดือนละ ๑,๐๐๐ บาท แต่มีเงินเหลือเก็บไม่ได้"

ความซื่อสัตย์สุจริต เป็นเรื่องที่คุณพ่อมักจะยก ขึ้นมาอบรม ลูกและลูกเขยอยู่สม่ำเสมอ คุณพ่อบอกว่าการที่ คุณพ่อสามารถตั้งตัวเป็น ปึกแผ่นได้ดี เพราะอาศัยความซื่อสัตย์สุจริต ซึ่งลูกเชื่อเหลือเกินว่าคุณพ่อจะต้องพูดความจริง ดังจะเห็นได้จากการที่คุณพ่อบอกให้ลูกคืนทรัพย์สมบัติของผู้อื่นที่ได้นำมาฝากให้คุณพ่อเก็บรักษาไว้ก็ดี หรือทรัพย์สมบัติของผู้ อื่นแต่มีชื่อคุณพ่อติดอยู่ก็ดี ให้ถอนคืนเจ้าของเขาเสียให้หมด "พ่อจ๋าดวงวิญญาณของคุณพ่ออยู่ ณ ที่ใดก็ โปรดรับทราบด้วยเถิดว่าลูกได้ปฏิบัติตาม คำสั่งของคุณพ่อทุกประการแล้ว

เมื่อคุณพ่อยังมีชีวิตอยู่คุณพ่อเป็นทั้งพี่ชายและเพื่อนของลูก ในบางโอกาสกล่าวคือเมื่อลูกคนใดมีปัญหาหรือพบเห็นเหตุการณ์อะไรต่างก็พากันไปเล่าให้คุณพ่อฟัง คุณพ่อจะรับฟังเรื่องราวทั้งหมดด้วยความตั้งใจ คุณพ่อและลูกจะคุยกันครั้งละนาน ๆ นับเป็นชั่วโมง โดยไม่รู้สึกเบื่อหน่ายเลยและบางครั้งก็จะพากันไปเที่ยวอย่างสนุกสนาน คุณพ่อไม่ได้รักแต่เฉพาะลูกสาวของคุณพ่อเท่านั้น แม้แต่ลูกเขยและหลานๆคุณพ่อก็รักและเป็นห่วง สัปดาห์ไหนที่พ่อไม่พบลูกหลานคนใดคุณพ่อจะถามหาทันทีนับแต่นี้ต่อไปลูกทุกคนต้องขาดทั้งพ่อ พี่ชาย และเพื่อนที่ดีที่สุดไป ซึ่งชั่วชีวิตนี้จะหาไม่ได้อีกแล้ว

คุณพ่อรักการงานเป็นชีวิตจิตใจ แม้โรคจะเบียดเบียนสักเพียงใดคุณพ่อก็ไม่ท้อถอยลูกทุกคนเพียรอ้อนวอนและขอร้องให้คุณพ่อเลิกทำงานหยุดพัก-ผ่อนหาความสุขเสียทีเพราะคุณพ่อได้เหนื่อยมามากแล้ว และอีกประการหนึ่งลูกก็โตมีครอบครัวสามารถหาเลี้ยงชีพได้ทุกคนแล้ว คุณพ่อก็ยังคงไปทำงานจนวาระสุดท้ายต้องเข้ารักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลและถึงแก่กรรม

ก่อนที่คุณพ่อจะถึงแก่กรรม ลูกได้พยายามพาคุณพ่อไปรักษาหลายแห่ง พาคุณพ่อไปรักษาหมอที่มีชื่อเสียงและเฉพาะโรคของท่านโดยตรง ที่ใดที่คิดว่าจะรักษาคุณพ่อให้หายได้ ลูกจะพาคุณพ่อไปรักษาทันที ยาอะไรที่ว่าดีวิเศษแม้จะแพงและหายาก ลูกไม่ท้อถอยพยายามไปซื้อหามาจนได้ ลูกทุกคนไม่ได้นิ่งนอนใจ ผลัดเปลี่ยนกันอยู่เวรเฝ้าคุณพ่อนับเป็นแรมเดือน จนกระทั่งมีญาติคนหนึ่งสงสาร สู้อุตส่าห์มาช่วยผลัดเปลี่ยนเวรให้ ญาติผู้นี้คือ น้ากุหลี แห่งศูนย์เอสโซ่แจ้งวัฒนะ แม้จะมียาดีได้แพทย์ที่เอาใจใส่ในการรักษาพยาบาลอย่างดีเพียงใดก็ไม่สามารถที่จะยับยั้งโรคภัยที่จะทำลายชีวิตคุณพ่อได้ ในที่สุดคุณพ่อก็จากลูกไปท่ามกลางสายตาของลูกที่ได้จ้องมองดูคุณพ่อ Coma มา ๑๔ วัน ลมหายใจของคุณพ่อที่ค่อย ๆ อ่อนลง ๆ และดับไปอย่างสงบ ของวันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖ เวลา ๑๙.๐๐ น. ณ ตึกวิบูลย์ลักษ์ รพ. ศิริราช

คุณพ่อจากไปแต่กายตลอดกาล คงทิ้งไว้แต่ความดีความซื่อสัตย์สุจริต คุณธรรมและเกียรติคุณทั้งหลายไว้ให้แก่ลูก ลูกจะรักษามรดกที่สูงค่านี้ไว้ด้วยความภาคภูมิ เพื่อถือเป็นทางประพฤติให้สมกับที่เกิดมาเป็นลูกของคุณพ่อ

ขอให้กุศลผลบุญแห่งคุณความดี ที่คุณพ่อได้สร้างสมไว้ จงดลบันดาลให้ดวงวิญญาณของคุณพ่อได้ไปสู่สุคติในสัมปรายภพโน้นเถิด ถ้าชาติหน้ามีจริงขอให้ลูกได้เกิดมาเป็นลูกของคุณพ่อทุกชาติไป.

จากลูก ๆ

ครั้งที่ ๑๐/๒๕๑๖

ปาฐกถาธรรม

โดย

พระราชนันทมุนี

ณ วัดชลประทานรังสฤษฎ์ อ. ปากเกร็ด จ. นนทบุรี

วันอาทิตย์ที่ ๑๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๖



ญาติโยม พุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา

เมื่อวันอาทิตย์ก่อนได้พูดถึงเรื่องเกี่ยวกับความทุกข์ในชีวิต อันเกิดจากอุปาทาน มีประการต่าง ๆ แต่ว่าเรื่องก็ยังไม่จบ อันเรื่องความทุกข์ในชีวิต ของมนุษย์เรานี้ ถ้าจะพูดกันไปแล้วก็มีมากเรื่อง มีต่าง ๆ นานากัน ตามเหตุที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เรื่องที่ให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนนั้น แม้จะมีสาเหตุมากมายสักเท่าใดก็ตาม ขึ้นอยู่กับใจของเราเองเป็นเรื่องใหญ่ ถ้าเราทำใจให้ดีมีปัญญา ความทุกข์ความเดือดร้อนจะน้อยไป แต่ถ้าหากว่าทำใจไม่ดี ขาดปัญญา เราก็จะเพิ่มความทุกข์ ความเดือดร้อนมากขึ้น แม้ว่าสิ่งที่จะเป็นทุกข์นั้นเกิดจากเรื่องของบุคคลอื่น แต่ว่าเราจะไปโทษบุคคล

อื่นมากนักก็ไม่ได้ เพราะว่าสิ่งที่เกิดจากบุคคลอื่นนั้น เป็นเรื่องภายนอก ถ้าเรามีฐานภายในดี เรื่องภายนอกมันก็ไม่ทำอันตราย แก่เราได้ แต่ถ้าฐานภายในของเราไม่ดี เรื่องภายนอกเกิดขึ้นก็รบกวนจิตใจ ทำให้เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวันได้

ความทุกข์ที่เราได้รับกันอยู่เป็นประจำ ก็เป็นเรื่องเกี่ยวกับความเป็นอยู่ในครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ จะมีเรื่องของคนอื่นเข้ามาเกี่ยวข้องบ้าง ก็ไม่สู้จะมากนัก แต่เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวเป็นส่วนมาก นับเริ่มตั้งแต่เรามีชีวิตมีครอบครัว มีการแต่งงาน ความทุกข์ความลำบากใจก็จะเกิดขึ้นแก่คู่ครอง ถ้าหากว่าคู่ครองนั้นขาดธรรมะเป็นหลักคุ้มครองจิตใจ เหตุที่จะให้เกิดความทุกข์ก็คือความระแวงแก่กันและกัน ความไม่ไว้วางใจแก่กันและกันในเรื่องอะไร ๆ ต่าง ๆ และอีกอันหนึ่งก็คือว่าเรื่องของการตามใจตนเอง ไม่เอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่ทำอะไรด้วยการคิดว่า คนที่อยู่ด้วยจะกระทบกระเทือนใจ หรือว่าจะเกิดเป็นปัญหารบกวนจิตใจ แต่ว่าทำอะไรตามสิ่งที่ตนอยากตนปรารถนา ตามปกติของมนุษย์เรานั้นชอบทำอะไรตามใจอยากใจปรารถนาอยู่แล้ว ถ้าอยู่คนเดียวมันก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะไม่กระทบกระเทือนแก่บุคคลอื่น แต่ว่าถ้าเราอยู่สองคนขึ้นไป การตามใจตัวเองนั้นจะต้องอยู่ในวงจำกัด ถ้าไม่มีการจำกัดในเรื่องการตามใจตัวเอง ก็จะเป็นการกระทบกระเทือนแก่บุคคลที่อยู่ด้วย ไม่ว่าคนที่อยู่กับเรานั้นจะเป็นมิตรในครอบครัว จะเป็นมิตรร่วมงานร่วมการ หรือว่าแม้คนที่เรามาพบกันชั่วครั้งชั่วคราว ถ้าเราไม่จำกัดความเห็นแก่ตัว หรือการตามใจตัวให้ลดน้อยลงไปแล้ว ก็ย่อมจะเกิดความยุ่งยากเป็นธรรมดา เพราะฉะนั้นคนที่อยู่ร่วมกันไม่ว่าอยู่ร่วมกันในรูปใด ต้องพยายามที่จะจำกัดความคิดความเห็นที่เข้าข้างตัวให้น้อยลงไป ต้องจำกัดความตามใจตัวเองให้ลดน้อยลงไป

อย่าทำอะไรอย่างที่เรียกว่า ตามใจตนเองให้มากนัก แต่ต้องคิดถึงบุคคลอื่นที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับตัวของเรา ถ้าต่างคนต่างคิดอยู่ในแง่อย่างนี้ ปัญหายุ่งยากก็จะไม่เกิดขึ้นในครอบครัว การเป็นอยู่ก็จะเรียบร้อย เพราะอาศัยธรรมะเป็นเครื่องนำทาง ธรรมะนี้เป็นดุจดวงประทีปนำทางชีวิต ถ้าเราใช้แสงสว่างของชีวิตก็จะเกิดขึ้น แต่ถ้าเราไม่ใช้ชีวิตก็จะมืดบอด คนเราถ้าไม่เข้าใจเหตุผลของเรื่องก็มักจะอยู่อย่างมืดบอดตลอดเวลา แต่ถ้าเข้าใจเรื่องราว เราก็หาแสงสว่างมาส่องใจ การเป็นอยู่ก็จะเกิดความเรียบร้อยไม่ยุ่งยาก ส่วนมากที่เกิดความทุกข์ในครอบครัว ตามที่อาตมาได้ประสบพบเห็นจากบุคคลที่มาสนทนาด้วย ล้วนเกิดจากเรื่องการตามใจตัวเองไม่ของฝ่ายใดก็ฝ่ายหนึ่ง เมื่ออีกฝ่ายหนึ่งขอร้องให้หยุดยั้งจากการกระทำในรูปเช่นนั้น ปากว่าไม่ทำ แต่ว่าเผลอไม่ค่อยได้ พอเผลอแล้วก็ไปทำตามที่ตัวอยากตัวปรารถนา เพราะความเคยชินกับเรื่องอย่างนั้น คือเคยชินกับการตามใจตัวเองมาเสียนาน ไม่ได้ฝึกในการบังคับการตามใจตัวเอง คนเราถ้าไม่มีการฝึกการบังคับตัวเองเสียบ้าง ความวุ่นวายก็จะเกิดไม่รู้จักจบไม่รู้จักสิ้น

เพราะฉะนั้นระเบียบต่าง ๆ วินัยต่าง ๆ ที่เขาตั้งไว้ ก็เพื่อจะเป็นเครื่องบังคับคนให้อยู่ในระเบียบแบบแผน ให้คนคุ้นเคยกับการบังคับตัวเอง ตั้งแต่เบื้องต้น จนกระทั่งเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ เด็ก ๆ ที่บังคับตัวเองได้ตั้งแต่ตัวน้อย ๆ เมื่อเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ก็ชินกับการบังคับตัวเอง ชีวิตเขาก็จะไม่ยุ่งยาก แต่ถ้าหากว่าเขาไม่เคยชินกับการบังคับตัวเอง แต่ว่าเคยชินกับการตามใจตัวเอง ก็จะลำบากในกาลต่อไปข้างหน้า เพราะฉะนั้นมารดาบิดาจึงหาทางที่จะบังคับลูกตามสมควร ไม่ใช่บังคับมากเกินไป แต่ว่าชี้แจงเหตุผลให้เข้าใจว่า ควรทำอย่างนั้นควรทำอย่างนี้ ทำอย่างนั้นเขาเรียกว่าดี ทำอย่างนี้เขาเรียกว่าชั่ว ทำอย่างนั้นเป็นระเบียบของผู้ดี ทำอย่างนี้ไม่เป็นระเบียบ

เขาก็เรียกว่าเป็นคนไพร่สาระเลว คนที่ได้ยินได้ฟังคำอย่างนี้บ่อย ๆ ก็ย่อมจะเกิดรักความดี เพราะตามปกติคนเราความจริงก็อยากดีกันทั้งนั้นแหละ แต่เมื่อไม่รู้ว่าอะไรดีก็ทำดีไม่ถูก แต่ถ้ารู้ว่าอะไรดีแล้วก็สามารถทำดีได้โดยไม่ยาก การฝึกสอนกันในเรื่องให้ทำดี จึงทำกันตั้งแต่เบื้องต้น เมื่อเติบโตขึ้นจะไม่วุ่นวาย ไม่เกิดเป็นปัญหาคือความทุกข์ความเดือดร้อน

ครอบครัวที่อยู่กันด้วยความสุขก็เพราะถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน เอาอกเอาใจกัน ไม่ทำอะไรตามใจตัว แต่ว่าอยู่ด้วยความเสียสละ อยู่ด้วยการให้แก่กัน ต่างคนต่างให้กัน เรื่องมันก็ไม่ยุ่งยากลำบากอะไร แต่ถ้าต่างคนต่างไม่ให้ ต่างคนต่างก็จะไปตามแนวทางของตัว เราจึงเคยได้ยินคำพูดว่าความเห็นไม่ตรงกัน คนที่ความเห็นไม่ตรงกันนั้น ก็เพราะว่าไม่พยายามปรับให้มันตรงกัน ไม่พยายามปรับตัวเองให้เข้ากันได้กับคนอื่น การเป็นอยู่ก็ย่อมจะลำบาก อันนี้เป็นความทุกข์อย่างหนึ่งในครอบครัวทั่ว ๆ ไป แม่บ้านเป็นทุกข์ก็เพราะเรื่องอย่างนี้ พ่อบ้านเป็นทุกข์ก็เพราะเรื่องอย่างนี้ แต่ว่าพ่อบ้านเป็นทุกข์ไม่ค่อยมาคุยให้ฟัง ถ้าแม่บ้านเป็นทุกข์แล้วก็มักจะมาปรารภเรื่องเพื่อขอการแก้ปัญหา ส่วนพ่อบ้านนั้นเป็นทุกข์ก็ไม่มาวัด แต่ว่าไปเที่ยวบาร์เที่ยวไนท์คลับเสีย ไปกินเหล้าเมายาเสีย เลยก็แก้ไปในรูปอย่างนั้นซึ่งความจริงไม่ได้แก้ แต่เป็นการเพิ่มความวุ่นวายให้เกิดขึ้นในครอบครัว เพราะว่าไปกระทำสิ่งที่ไม่ดีไม่งามในรูปต่าง ๆ ส่วนผู้หญิงนั้นจะไปในรูปอย่างนั้นไม่ได้ แต่ต่อไปข้างหน้าสุภาพสตรีเกิดเจ็บใจขึ้นมา นึกว่า เออจะให้ทำอยู่ผู้เดียวทำไมข้าจะทำมั่ง ทีนี้แหละมันจะวุ่นวายกันใหญ่ จะเกิดความเดือดร้อนในสังคม ขออย่าให้เหตุการณ์เช่นนั้นเกิดขึ้นในสังคมเลย แต่เราช่วยกันแก้ปัญหาเสียด้วยการใช้ธรรมะ เป็นเครื่องฝึกหัดดัดนิสัย สิ่งทั้งหลายก็จะเป็นไปในทางดีทางชอบ อันนี้เป็นความทุกข์แบบหนึ่ง ที่มีอยู่ทั่ว ๆ ไป

ทีนี้ เมื่อเราอยู่ครองบ้านครองเรือนมีลูกมีเต้า ความทุกข์จะเกิดขึ้นจากการมีลูกต่อไป ไม่ว่าจะเป็นลูกหญิงลูกชาย ก็ย่อมจะเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ได้ทั้งนั้น เวลาได้ใหม่ ๆ ก็ยังไม่ทุกข์อะไร ยังสบายใจ ยังดีใจ เพราะว่าลูกยังเล็ก ยังไม่ประสีประสา ยังไม่ซุกซน ยังไม่ตามใจตัว ตามอำนาจสิ่งแวดล้อม ยังเป็นเด็กว่านอนสอนง่าย น่าเอ็นดู แต่ว่าพอเติบโตขึ้นอีกสักหน่อย ถ้าเป็นเด็กดีเด็กเรียบร้อย พ่อแม่ก็ค่อยสบายใจ ไม่มีปัญหายุ่งยากมากนัก แต่ถ้าเป็นเด็กที่ไม่ค่อยจะเรียบร้อย ชอบคบเพื่อนเหลวไหล ชอบเที่ยว ชอบเล่น ไม่ค่อยเอาถ่านในการเล่าเรียนเขียนอ่าน ชอบสนุกตามเพื่อน มารดาบิดาก็เริ่มจะเป็นทุกข์แล้ว แต่ว่าบิดาก็ยังไม่ทุกข์มากเท่าใด คนที่ทุกข์มากก็คือมารดา ทำไมมารดาจึงไปแบกทุกข์ไว้มาก เพราะการรับผิดชอบในการเป็นแม่บ้าน แม่บ้านกับพ่อบ้านนี่ฐานะไม่เหมือนกัน พ่อบ้านมีฐานะเป็นพ่อจริง แต่ว่าออกไปนอกบ้านบ่อย ๆ ไปทำงานทำการ ไม่ค่อยจะรู้เรื่องภายในบ้าน ไม่รู้ว่าอะไรเกิดขึ้นอะไรเป็นอยู่ แต่ว่าแม่บ้านรู้ทั้งหมด ตั้งแต่เรื่องในครัวจนถึงห้องรับแขก รู้จบทุกสิ่งทุกประการ รู้ว่าลูกคนใดมีนิสสัยใจคออย่างไร มีความเป็นอยู่ในรูปใด เพราะแม่เป็นผู้อยู่ใกล้ลูก ประคบประหงมลูกอยู่ตลอดเวลา ถ้าลูกดีแม่ก็สบายใจมาก ถ้าไม่ดีแม่ก็ไม่สบายใจ มีความทุกข์มีความเดือดร้อน ขณะที่ลูกเล็ก ๆ อยู่เริ่มเรียนชั้นอนุบาลชั้นประถม ยังไม่ค่อยทุกข์เท่าใด ขึ้นชั้นมัธยมหนึ่งสองก็ไม่ค่อยทุกข์เท่าใด แต่ก็เริ่มเข้าบ้างแล้ว พอลูกขึ้น ม.ศ. ๓ เริ่มมีความทุกข์มากขึ้น คนไม่มีลูกก็ไม่รู้ว่าว่าทุกข์แบบนี้ขนาดไหน เพราะว่าไม่มีความคิดในอะไร แต่ถ้าลูกก็รู้ว่าเริ่มเป็นทุกข์ เริ่มเป็นทุกข์ในเรื่องอะไร เรื่องลูกเริ่มเป็นหนุ่ม ชอบเที่ยวชอบสนุก ชอบคบเพื่อน ทีนี้เด็กไม่มีปัญญาในการเลือกเฟ้น เห็นว่าเป็นเพื่อนก็คบทั้งนั้น ถ้าคบเพื่อนดีก็ไม่ค่อยจะมี

ปัญหา แต่ถ้าไปคบเพื่อนเกเรเข้าก็เกิดปัญหา ทำให้คุณแม่ไม่สบายใจ มีความทุกข์ความเดือดร้อนใจกลัวลูกจะเสียผู้เสียคน กลัวจะไปเกิดอะไร ๆ ขึ้น เป็นเหตุให้เกิดความเสียหาย ก็มีความทุกข์ตรมตรอมใจ ความทุกข์อันนี้เกิดจากอะไร เกิดจากความรักนั่นเอง พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ความรักเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ ความรักเป็นเหตุให้เกิดความเศร้าโศก ภัยอันตรายก็เกิดจากความรัก ความรักนี่มันเป็นภัยแก่ผู้ที่รักอยู่เหมือนกัน ถ้ารักไม่เป็นเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ยิ่งลูกโตเป็นหนุ่มขึ้นพ่อแม่ก็ยังเป็นทุกข์อยู่ แม่นั่นแหละเป็นทุกข์มากเมื่อลูกเป็นหนุ่ม เพราะเที่ยวเตร่เฮฮาไม่กลับบ้าน ไปเที่ยวไกลจนดึกดื่นเที่ยงคืนจึงจะกลับบ้าน ไม่รู้ว่าคนอยู่ข้างหลังเขาเป็นห่วง เช่นลูกชายหนุ่ม ๆ นี่ชอบเที่ยว มีรถยนต์สักคันหนึ่ง ก็บรรทุกเพื่อนไปเที่ยวกัน มีทั้งเพื่อนหญิงเพื่อนชาย พาไปเที่ยวที่นั่นที่นี่เรื่อยไป เที่ยวเฉย ๆ มันก็ไม่สนุกอะไร เพราะว่ายังเป็นตัวเองยังรู้สึกผิดชอบชั่วดีต้องหาอะไรมาทำลายความเป็นตัวให้หมดไป ก็ด้วยการดื่มของมึนเมา ดื่มกันทั้งพวกแล้วก็เลยไปเที่ยวกัน บางทีก็ขับรถด้วยความเมา ไปชนนั่นชนนี่ถึงแก่ความเสียหายถึงแก่ความตายไปก็มี ข่าวปรากฏในหน้าหนังสือพิมพ์บ่อย ๆ ผู้ใดมีลูกชายชอบเที่ยว ผู้นั้นก็ย่อมจะมีความทุกข์ทางใจ เป็นกังวล กินไม่ได้นอนไม่หลับถ้าคนเป็นโรคเกี่ยวกับหัวใจก็อายุจะสั้น ถ้าเป็นโรคเกี่ยวกับกะเพาะอาหารก็ไม่มีทางรักษาให้หายได้ เพราะมีความวิตกกังวลเกิดขึ้น เมื่อมีความวิตกกังวลเกิดมากเท่าใด ก็เหมือนกับว่าแสลงต่อโรค ทำให้รักษาโรคนั้นได้ยากผู้เป็นพ่อหรือว่าเป็นแม่ก็มีความทุกข์อยู่ที่บ้าน แต่ว่าลูกทั้งหญิงทั้งชายที่ชอบไปเที่ยว ก็สนุกเรื่อยไป ถ้าคุณพ่อคุณแม่ห้ามก็หาว่า คุณพ่อคุณแม่เป็นคนเก่าไม่ทันสมัย สมัยนี้เขาเที่ยวเขาเล่นกันตามประสา เขามีเสรีในเรื่องอะไรต่าง ๆ ไม่ต้องเป็นห่วงหรอกผมโตแล้ว บางทีลูกอาจพูดกับแม่ในรูปเช่นนั้น

ว่าโตแล้ว โตจริง แต่ว่าโตแต่เพียงร่างกาย ส่วนจิตใจนั้นอาจไม่โตก็ได้ เพราะยังไม่รู้จักผิดจักถูก ไม่เห็นอกเห็นใจผู้อุปถัมภ์ค้ำชู ยังรักคนอื่นที่รักตัวมากคือพ่อแม่ ไปเอาใจเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ พ่อแม่พูดสิบคำไม่ได้ยิน แต่เพื่อนพูดคำเดียวได้ยินชัดแจ๋วเลย พ่อแม่ตะโกนจนคอแห้งไม่หันหน้ามาดู แต่เพื่อนทำสัญญานิดหน่อยวิ่งปร๋อไปแล้ว อันนี้ทำให้มารดาบิดาน้อยใจ น้อยใจว่าลูกไม่รักเรา เรารักเหลือเกิน แต่ว่าลูกไม่รักไม่นับถือเรา ไปเที่ยวตามชอบใจ ทำอะไรตามความพอใจ อันนี้สร้างความทุกข์ให้แก่พ่อแม่ สำหรับคนที่กระทำในรูปเช่นนั้น แต่ว่านึกไม่ได้คิดไม่ได้ นึกแต่ว่าเราจะไปเล่นไปสนุก เรามันโตแล้วไม่ใช่เด็กเล็ก ๆ ที่คุณแม่จะคอยตบตะโพกอยู่ตลอดเวลา นึกไปในรูปอย่างนั้น ก็เลยไปกันใหญ่ เที่ยวเตร่เฮฮาหาความสุขความสบายบนความทุกข์ความเดือดร้อนของผู้บังเกิดเกล้า.

การกระทำของ คนหนุ่มคนสาว ในสมัยปัจจุบันก็ เป็นการฆ่าพ่อฆ่าแม่โดยอ้อม เขาเรียกว่าฆ่าทางจิตทางวิญญาณ ไม่ ได้ฆ่าทางร่างกาย แต่ว่าเป็นการฆ่าทางจิต ใจ การฆ่าทางกาย กับการฆ่าทาง ใจนั้น อันไหนทรมานมากกว่ากัน ฆ่าทางกายสมมติว่าเอา ปืนยิงคนโป้งเดียวมันก็ตายหมดเรื่องไป แต่ว่าการฆ่าทางใจนั้นยังไม่ตาย แต่อยู่ด้วยความทุกข์ความเดือดร้อน คือการฆ่าที่แสนทรมาน ยิ่งบุตรธิดาประ-พฤติอะไรไม่ดีไม่ควร ทำให้พ่อแม่ต้องเป็นทุกเดือดร้อน ก็เรียกว่าเป็นการฆ่าพ่อฆ่าแม่ ในทางพุทธศาสนาถือว่าการฆ่าพ่อฆ่าแม่เป็นบาปหนักขั้นอนัน-ตริยกรรม เป็นบาปชั้นมากในทางพระศาสนา แต่ว่าคนเรามักจะคิดเรื่องฆ่ากันทางร่างกาย ไม่ค่อยคิดถึงเรื่องฆ่าทางจิตใจ การฆ่าทางใจนั่นแหละบาปหนักกว่าการฆ่าทางร่างกายเสียอีก เพราะทำให้ท่านต้องทรมานอยู่อีกหลายปี การทรมานคนอื่นนั่นมันเป็นทุกข์เดือดร้อน โจรใจร้ายถ้ามันจับคน

ที่มันโกรธได้มันไม่ฆ่าให้ตายทีเดียว แต่บอกว่าข้าไม่ฆ่าเอ็งหรอก ข้าจะทำให้เอ็งตายช้า ๆ ข้าอยากจะดูเอ็งทรมาน ตายช้า ๆ นี่มันทรมาน การตายปุ๊บปั๊บนี่มันทรมาน คนเราบางคนทำบุญสุนทานอธิฐานใจว่าขอให้ตายง่าย ๆ อย่าตายอย่างทรมาน เพราะการตายทรมานนั้นมันเป็นทุกข์.

ลูกที่กระทำความชั่วบ่อย ๆ ขัดขืนใจพ่อแม่ ก็เรียกว่าเป็นการฆ่าพ่อแม่ทางจิตทางวิญญาณ ทำให้ท่านมีความทุกข์ความเดือดร้อน การกระทำในรูปเช่นนั้นไม่เป็นการแสดงความรู้สึกกตัญญูกตเวทีต่อผู้บังเกิดเกล้า เป็นการกระทำที่ไม่ชอบไม่ควร แต่ถ้าเป็นคนกตัญญูกตเวทีจะไม่ประพฤติในรูปเช่นนั้น แต่เราจะเอาอกเอาใจคุณพ่อคุณแม่ คอยศึกษาความต้องการของท่าน คอยดูว่าท่านต้องการอะไรพอใจอะไร ไม่ถือความพอใจของตัวในเรื่องอะไรต่าง ๆ แต่ถือเอาความพอใจของท่านเป็นหลักเกณฑ์ ในการ เป็นอยู่ ในชีวิตประจำวัน อันนี้ก็ทำให้พ่อแม่สบายใจ ไปนั่งที่ไหนก็พอเข้าไปนั่งกับใคร ๆ ได้ ว่าฉันมีลูกแก้ว มีลูกดี เชื่อฟังโอวาทคำสอน คำเตือน ประพฤติปฏิบัติเรียบร้อยไม่ให้กระทบกระเทือนใจ เป็นคนรู้จักอยู่รู้จักกินรู้จักจ่าย ไม่เถลไถลออกไปนอกลู่นอกทาง มารดาบิดาก็สบายใจ เพราะการกระทำเช่นนี้ เราผู้เป็นบุตรเป็นธิดาก็ควรจะคิดในรูปดังกล่าว อย่าทำอะไรให้พ่อแม่ลำบากใจ เช่นไปเที่ยวกลับดึกดื่น ทำให้คุณแม่ต้องนั่งคอย ต้องไปนั่งคอยเปิดประตูให้ลูกชายผู้แสนจะชอบเที่ยว แล้วก็นั่งเป็นทุกข์ด้วย.

เขาเล่าว่า มีอยู่ครอบครัวหนึ่ง ก็เป็นครอบครัวใหญ่ ลูกชายเดี่ยวนี้ก็มีฐานะดี ๆ ทั้งนั้น ๆ ลูกหญิงก็ดีเหมือนกัน ท่านเป็นผู้ที่ใจเย็นพอใช้ ลูกชายชอบเที่ยวตามประสาของคนที่อยู่ในวัยหนุ่ม กลับดึกดื่นเสมอ ท่านเลยบอกคนใช้ว่า เอ็งนอนกันให้สบาย เรื่องการเปิดประตูรับลูกชายฉันจะทำหน้าที่เอง ท่านก็ไม่หลับไม่นอน นั่งสัปโหงกคอยการกลับของลูกชาย ลูกชาย

กลับมาดึก ๆ กดประตูเรียก คุณแม่ก็เดินข้า ๆ ไปเปิด ประตูให้ลูกชาย เปิดประตูลูกเข้ามา แม่ก็บอกว่า ลูกกลับแล้วหรือ ทำอย่างนี้บ่อย ๆ เจ้าลูกชายกลับคิดขึ้นมาได้ เรียกว่ามีอุปนิสัยของความดีอยู่ในใจ คิดขึ้นได้ว่า เรานี่ชอบความสนุกไม่เข้าเรื่อง เที่ยวไปให้พ่อแม่เดือดร้อน เลยปรึกษากัน ว่าเลิกกันทีเถอะเรื่องเที่ยว มันไม่ได้อะไร เปลืองเงินเปลืองทอง เปลืองอะไร หลายอย่าง แล้วที่เปลืองหนักก็คือว่าอายุคุณแม่จะสั้น เพราะอดหลับอดนอน ต้องคอยเปิดประตูรับพวกเรา เลยตัดสินใจกันว่าไม่เที่ยวต่อไป เลิกงานแล้ว จะกลับบ้าน มาทำงานที่บ้าน กินข้าวพร้อมกับคุณแม่ คุณแม่ก็สบายใจ เพราะลูกไม่เที่ยวต่อไป อันนี้เป็นวิธีการของคุณแม่ที่จะปราบลูกชายชอบเที่ยว ด้วยการเปิดประตูให้เสียเอง แต่ถ้าหากว่าลูกชายไม่มีหัวใจมันก็ลำบากเหมือน กัน พอเปิดประตูให้แล้วก็เดินเฉยขึ้นไปห้อง อาบน้ำนอนต่อ หรือบางทีเห็น ว่าคุณแม่ต้องรบกวนเปิดประตู เวลาไปเที่ยวก็แอบเอากุญแจไปเสียด้วย ไม่ต้องเรียกให้เปิดไขเอาเอง อย่างนี้คุณแม่ก็หมดปัญญาเหมือนกัน ไม่รู้จะ โปรดท่าไหนดี อย่างนี้ก็นับว่าลำบาก แต่ว่าเราไม่ควรจะทำไปในรูป อย่างนั้น เพียงแต่เห็นว่าคุณแม่ต้องคอยเปิดประตู ให้เราก็ควรจะสงสาร เห็นคุณแม่หน้าเศร้าหงอยเหงา ก็ควรจะเข้าไปถาม ว่าคุณแม่มีความทุกข์ ร้อนเรื่องอะไร คุณแม่ก็คงจะบอกตามจริงว่า ก็ทุกข์เรื่องเจ้านะซี ทุกข์อะไร กับผมผมทำอะไรผิดอะไรเสียหาย ผมก็ไปทำงานตามปกติ บอกว่าเรื่องงานนั้น แม่ไม่ทุกข์หรอก แต่ว่าเป็นทุกข์เพราะเจ้าไม่ค่อยกลับบ้านตามเวลา ชอบเที่ยว ชอบเล่น ก็กรุงเทพ ฯ เรานี้มันเป็นเมืองที่เต็มไปด้วยอันตราย นักจี้นักปล้น มันเยอะแยะ ถ้าหากว่าลูกไปเที่ยวกลางค่ำกลางคืนพวกนั้นมันจี้เอาแล้ว จะ เดือดร้อน มันจะเอาอะไรของเจ้าเจ้าคิดจะต่อสู้ก็จะถึงแก่กรรมไป แม่เสียดาย ตัวเจ้าที่ได้โตถึงปานนี้ ไปเรียนหนังสือหนังหากลับมาแม่จะได้ชื่นใจ แต่เพราะ

การไปเที่ยวมันทำให้เสียหายแม่ก็เป็นทุกข์ มีความเศร้าหงอยเหงาก็เพราะในเรื่องอย่างนี้

พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า เที่ยวกลางคืนมีโทษหลาย ชื่อว่าไม่รักษาตัว ชื่อว่าไม่รักษาทรัพย์ ชื่อว่าไม่รักษาครอบครัว ชื่อว่าไม่รักษาเกียรติ มักถูกทำร้าย มักถูกใส่ความ เกิดโรคเกิดภัยขึ้นแก่ตัวเองหลายแง่หลายมุม พระท่านว่าไว้อย่างนั้น คุณแม่ก็จารนัยให้ลูกฟังว่ามันเป็นอย่างนี้ แม่จึงเป็นทุกข์ บุตรที่ได้รับคำตอบของแม่เช่นนั้น ถ้าเป็นบุตรที่ดีมีความกตัญญูกตเวทีต่อผู้บังเกิดเกล้า ก็ต้องนึกในใจว่า เออไม่สมควรที่เราต้องทำให้ท่านต้องเดือดร้อนใจ ท่านเหน็ดเหนื่อยมากับเราก็พอแล้ว เลี้ยงกว่าจะโตนี่มันแสนยาก คนไม่มีลูกไม่รู้ว่าเลี้ยงยากขนาดไหน ท่านเลี้ยงเรากว่าจะโตนี่แสนยาก ต้องอดหลับอดนอนอดทนด้วยประการทั้งปวง เพื่อเลี้ยงลูกให้เติบโต ให้ศึกษาวิชาการ บางคนส่งไปเรียนถึงเมืองนอก ใช้จ่ายปีละเท่าไหร่ เงินทองก็ไม่ใช่น้อยที่ต้องจ่ายไป แม้ว่าจะลำบากยากเข็ญแม่พ่อไม่เป็นห่วง ขอให้ลูกได้ก้าวหน้า ขอให้ได้เรียนวิชา ขอให้เป็นเกียรติเป็นศรีแก่ตระกูลต่อไป ทนยากทนลำบากทุกทางเพื่อให้ลูกได้สำเร็จวิชา ครั้นสำเร็จวิชาแล้วกลับมาจะได้ทำงาน ให้แม่พ่อสบายใจ เมื่อลูกไปเรียนกลับมาแล้วก็สบายใจตอนกลับมา เห็นลูกลงจากเรือบินแม่ก็สบายใจ เออไอ้หนูของแม่กลับมาแล้วจะได้อยู่ใกล้แม่ จะทำให้แม่สบายใจ แต่ว่าบางคนแทนที่จะทำให้สบายใจ กลับทำให้มีความทุกข์หนักกว่าอยู่เมืองนอกเสียอีก เพราะว่าชอบเที่ยวชอบเล่นชอบตามใจตัวดังที่กล่าวแล้ว อันนี้เป็นความทุกข์ของมารดาบิดาทั่วไป โดยเฉพาะความทุกข์ของมารดาหนักกว่าบิดาดังที่กล่าว บิดาอาจเข้าข้างลูกว่าเออมันเป็นหนุ่มมันก็เที่ยวมั่งแหละ อย่าไปสนใจกับมันเลย แต่มารดาไม่คิดอย่างนั้น คิดว่ามันจะเสียหายไม่เหมาะไม่ควร เป็นการสิ้นเปลืองทุกทาง เปลืองแรงงานเปลืองชีวิตเปลือง

เงินเปลืองทอง ไม่ได้สิ่งที่เป็นสาระอะไร ถ้าพักผ่อนอยู่บ้านจะดีกว่า อันนั้นเป็นความประสงค์ของท่าน เราอาจเที่ยวบ้างเป็นครั้งคราว ไม่ใช่เที่ยวบ่อยทุกค่ำทุกคืน เรื่องกรุงเทพ ฯ เรื่องไม่จบความสนุกมันมีมาก ถ้าผู้จะเที่ยวมันก็ไม่จบ แต่ถ้าเราจะนึกว่ามันเที่ยวแล้วมันจะได้อะไรที่เป็นกำไรแก่ชีวิตบ้าง เราเกิดมาเพื่ออะไร อันนี้ควรจะได้ตั้งปัญหาว่า เราเกิดมาเพื่ออะไร เราอยู่เพื่ออะไร สิ่งที่ดีที่งามที่เราควรจะทำในชีวิตคืออะไร ถ้าได้คิดในปัญหาเหล่านี้ เราก็จะไม่เพลิดเพลินไปกับเพื่อนฝูงมิตรสหาย ที่ชอบชักจูงไปในทางเสื่อม

คนบางคนเพื่อนมากแต่เป็นเพื่อนล้วนแต่จะนำไปสู่นรกทั้งนั้น ไม่ค่อยจะมีเพื่อนที่จะนำไปสู่สวรรค์ ชอบนำไปกินไปเล่น ไปเที่ยวไปสนุกเพลิดเพลินที่เขาเรียกกันว่า "บุรุษเจ้าสำราญ" ชีวิตไม่ค่อยจะได้เรื่องได้ราวอะไร เที่ยวอย่างนั้นมันไม่ได้สาระ เป็นการทำลายสิ่งต่าง ๆ ให้หมดไปสิ้นไป อายุเราก็แก่เข้าไปทุกวันทุกเวลา เราควรจะหยุดสิ่งเหล่านั้น หาความสนุกอย่างอื่นที่มันไม่เสียหาย เรื่องความสนุกของมนุษย์มีหลายแบบ เราจะสนุกแบบใดก็ได้ ที่มันไม่ทำให้เราเสียหาย ไม่ให้สิ้นเปลืองโดยไม่ได้เรื่องอะไร หาความสนุกอย่างอื่นให้เพลิดเพลินอย่างอื่น เพื่อนฝูงที่ชวนเราไปสนุกไม่เข้าเรื่องก็ตัดออกเสียบ้าง คัดออกจากบัญชี เอาไว้แต่เพื่อนที่ดีมีประโยชน์กันแท้จริง สักคนสองคนก็พอแล้ว พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า "ถ้าไม่ได้เพื่อนที่ดีกว่าเรา ไปคนเดียวประเสริฐกว่า" เพราะการไปคนเดียวนั้นมันไม่มีเรื่องยุ่ง แต่ถ้าไปกับเพื่อนที่มันยุ่งก็ทำให้เรายุ่งตามไปด้วย ก็จะเกิดปัญหามีความทุกข์ความเดือดร้อน คนหนุ่ม ๆ บางคนมักจะพูดว่า ผมยังอยากสนุกไปก่อน ยังไม่อยากจะเข้าวัดเข้าวา ยังไม่อยากหันหน้าไปหาพระ การพูดเช่นนั้นเป็นการพูดด้วยความไม่เข้าใจ ว่าเราไม่หันหน้าเข้าหาพระก็เท่ากับหันหน้าไปสู่ความมืด พระหรือธรรมะเป็นแสงสว่างสำหรับชีวิต เหมือนเรานั่งใกล้ตะเกียง ถ้าเราหันหลังให

ตะเกียงอ่านหนังสือมันจะได้เรื่องที่ไหน ถ้าเราจะอ่านหนังสือจะดูอะไรต้องหันมาทางตะเกียง จึงจะเห็นสิ่งนั้นชัดฉันใด ในชีวิตคนเราก็เหมือนกัน พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์นี่เป็นแสงสว่างของชีวิต เราก็ต้องหันหน้าเข้าไปหาพระไว้แต่หนุ่มแต่น้อย อย่าหันหลังให้พระ เพราะถ้าหันหลังให้พระเราก็เดินไปตามทางที่มืดบอด มันจะเป็นอันตรายเหมือนเดินในตรอกมืด ๆ อาจถูกทุบหัวเมื่อใดก็ได้ อาจไปเป็นอันตรายด้วยสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ได้ แต่ถ้าเราเดินในถนนที่สว่างปลอดภัยกว่า เราจึงไม่ควรคิดว่ายังไม่หันหน้าเข้าหาพระก่อน ควรจะหันหน้าเข้าไปหาเสียแต่หนุ่มแต่น้อย ชีวิตมันจะได้มีราคาไปแต่ในเบื้องต้น จะได้ตั้งตัวถูกทางไปแต่เบื้องต้น.

คนบางคนน่าสงสารไปตั้งตัวได้เมื่อแก่จะเข้าโลงแล้ว ชีวิตตอนหนุ่มตอนนี้เที่ยวเรื่อยไปสนุกเรื่อยไป ไปกลับตัวได้เอาตอนแก่ชรา ก็ยังดีที่ว่ากลับตัวได้ตอนใกล้จะตาย ยังพอรู้ว่าข้านี่เป็นมนุษย์กับเขาบ้าง แต่ว่าบางคนไม่ได้เรื่องเลย แก่เห็นเหงือกแล้วก็ยังอุ้มไก่ไปตีกันทุกวันอาทิตย์ เดินผ่านบ่อนไก่เคยเห็นคนแก่ ๆ ไม่มีฟันสักซี่หนึ่งแล้วยังอุตส่าห์อุ้มไก่ไปตีกัน ไม่ไปวัดไปวาไม่หาความดีทางศาสนา ยังสนุกไปบ่อนไก่ ยังไปสนามม้า หรือว่ายังไปเต้นรำกับพวกสาว ๆ คนแก่สมัยใหม่ เขาเรียกว่ามันผิดกาลผิดสมัย ผิดเวลา คนเราควรจะผ่อนไปตามอายุ เป็นเด็กอย่างหนึ่ง เป็นหนุ่มอย่างหนึ่ง เป็นผู้ใหญ่ก็อย่างหนึ่ง เป็นคนแก่ก็อย่างหนึ่ง ควรจะเป็นไปตามวัยของอายุ ถ้าไม่เป็นไปตามวัยแล้วเขาเรียกว่า ผิดวัยผิดเพศ การเป็นอยู่ก็จะไม่เรียบร้อย คนโบราณเขาจึงวางหลักชีวิตได้ ว่าเป็นเด็กควรอยู่ในวัยของการศึกษา เป็นหนุ่มก็ต้องทำงานทำการ เมื่อแก่ชราก็ต้องพักผ่อน หาความสุขสงบทางใจ เตรียมตัวเพื่อจะลาโลกต่อไป แล้วก็จะได้เป็นแบบสาธิตให้คนหนุ่มคนสาวมองเห็น ว่าคนมีอายุมากควรจะทำตนอย่างนั้นอย่างนี้ อันนี้เรียกว่าใช้ชีวิตถูกทาง ย่อม

เป็นเหตุให้เกิดความสบายทั้งตัวและผู้อื่น มารดาบิดาก็ย่อมมีความทุกข์ในปัญหาเหล่านี้อยู่มากไม่ใช่น้อย เกือบทุกครอบครัวที่มีปัญหา ปัญหาจากลูกชายบ้าง ปัญหาจากลูกหญิงบ้าง เพราะคนสมัยใหม่นี่เขาชอบเสรีภาพ ชอบทำอะไรตามใจตัวตามใจอยาก แต่ไม่ได้คิดว่าเรายังอยู่ในความอุปถัมภ์ค้ำชูของมารดาบิดา ไม่ใช่อยู่แต่ผู้เดียว แม้จะทำงานมีเงินเดือนก็ใช้เฉพาะเดือนหาเช้ากินค่ำได้เดือนใช้เดือน ไม่ได้คิดว่าจะเก็บไว้ทำอะไร เพราะนึกว่าถ้าขัดข้องลำบากก็แบมือขอได้ คุณแม่ท่านไม่ตัดหรอกลูกชายของท่าน ก็ยังไปขอได้อยู่ การคิดอย่างนั้น มันไม่ชอบไม่ควร ไม่ถูกตามเวลา เราโตแล้วก็ควรจะคิดอย่างแบบผู้ใหญ่ เช่นคนจบการศึกษาแล้วก็ต้องคิดว่า เราจบการศึกษาแล้ว เราเป็นผู้ใหญ่แล้ว การเป็นผู้ใหญ่นั้นไม่ใช่เป็นแต่เพียงร่างกายโต แต่เป็นด้วยจิตใจเติบโตด้วย อันจิตใจที่เติบโตเป็นผู้ใหญ่นั้น คือจิตใจที่รู้จักบังคับตัวเอง มีความซื่อสัตย์ต่อความดี มีความกตัญญูต่อพ่อแม่ รักงานรักการ มีความคิดที่จะก้าวหน้าในชีวิตประจำวัน อย่างนั้นจึงจะเรียกว่าเป็นผู้ใหญ่ มีความเติบโตทั้งกายทั้งใจ ถ้ามีความเติบโตพร้อมทั้งกายทั้งใจแล้ว พ่อแม่ก็ไม่มีความทุกข์ เรียกว่าปล่อยได้ ไม่ต้องควบคุมกันต่อไป แต่ถ้ายังเป็นคนตามใจตัวเอง ตัวโตแล้วยังเป็นเด็กไม่รู้จักบังคับตัวเอง พ่อแม่ไม่กล้าปล่อยยังไม่ไว้ใจ เหมือนพ่อแม่มีเงินทองทรัพย์สมบัติ จะให้กับลูกเหล่านั้นก็ยังเป็นห่วงว่ามันจะรักษาได้ไหม อันนี้เป็นทุกข์ของพ่อแม่เมื่อใกล้จะตาย กลัวลูกจะรักษาไว้ไม่ได้ กลัวจะเอาถลุงหมดด้วยความสนุกสนาน คนที่แก่แล้วถ้าคิดอย่างนี้ก็เป็นทุกข์ตายไม่เป็นสุข ลูกทำอย่างนั้นก็เท่ากับให้หนทางพ่อแม่มืดมน ทำให้จิตใจของท่านเศร้าหมอง เป็นการคิดที่ไม่ถูกไม่ชอบ อันนี้เป็นเรื่องความทุกข์แบบหนึ่งในครอบครัวที่มีอยู่ทั่ว ๆ ไปก็ว่าได้ อาตมาก็ได้รับเรื่องอย่างนี้อยู่เสมอ คนที่มีความทุกข์ในปัญหาอย่างนี้ จึงนำมาพูดเสียบ้าง เผื่อ

ว่าคนที่อยู่ในวัยเป็นลูกได้ยินได้ฟัง จะได้เกิดความสำนึกว่า เราไม่ได้เกิดมาจากโพรงไม้ แต่ว่าเราเกิดมาจากท้องคุณแม่ คุณแม่ท่านมีน้ำใจ ท่านรักเราเอ็นดูเรา พยายามช่วยเหลือเราให้ก้าวหน้าในการศึกษาเล่าเรียน จนมีความรู้พอจะช่วยตัวเองได้

อันคนดีเมื่อได้รับอุปถัมภ์ค้ำชูจากบุคคลอื่นแล้ว ต้องสำนึกในความกตัญญูกตเวที ต้องหาทางตอบแทนท่านทุกโอกาส ตอบแทนด้วยเรื่องอื่นยังไม่ได้ ก็ตอบแทนด้วยการไม่ทำอะไรให้เป็นที่หนักใจพ่อแม่ เพียงเท่านี้ก็นับว่าชอบแล้ว คือไม่ทำอะไรให้เป็นที่หนักใจ อย่าทำอะไรตามความคิดของตัวเสมอไป เราอย่านึกว่าเรามีการศึกษามีปัญญา แต่ให้นึกว่าเรามีประสพการน้อย ยังรู้จักโลกน้อย ยังไม่รู้อะไรมาก คนเรามีชีวิตอยู่ในโลกยังต้องเรียนต้องรู้อีกเยอะ ทำอะไรที่ไม่รู้อาจผิดพลาดได้ง่าย เพราะฉะนั้นเมื่อจะทำอะไรต้องคิดว่า ผู้ใหญ่เขาจะเห็นอย่างไร ให้หมั่นเข้าไปปรึกษาหารือกับท่าน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงานเรื่องชีวิตเรื่องครอบครัว เรื่องทำอะไรอย่าทำตามลำพัง แต่ควรเข้าไปปรึกษาว่า จะทำอย่างนั้นจะทำอย่างนี้ คุณแม่คุณพ่อเห็นอย่างไรหรือมีอะไรควรแนะนำผมบ้าง ถ้าเราเข้าไปปรึกษาหารืออย่างนั้นคุณพ่อคุณแม่ก็สบายใจ ท่านจะแนะนำด้วยวิธีการที่ท่านรู้ เราก็นำไปพิจารณา เห็นดีเห็นงามเราก็ทำตามท่าน ถ้าเห็นว่ายังไม่เหมาะก็ค่อยชักช้าไว้ก่อน ค่อยปรึกษาหารือกันต่อไป อันนี้จะช่วยให้เกิดความสุขทั้งผู้ใหญ่และผู้น้อย จะไม่สร้างปัญหาอันเป็นเหตุให้เกิดความเดือดเนื้อร้อนใจขึ้นในครอบครัว ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาด้วยการปฏิบัติธรรมนั่นเอง

มารดาบิดาที่มีลูกชายเติบโตจึงมักนำมาวัดเพื่อให้บวช การให้เข้ามาบวชนั้นไม่ใช่เพียงแต่ทำตามประเพณี แต่ต้องการให้มาศึกษาเรื่องชีวิต ให้รู้จักชีวิตของตัว ให้ได้นึกคิดในเรื่องที่ถูกที่ชอบ เพราะได้รับคำสอนจากครูบา

อาจารย์ ได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจให้เกิดความสำนึกรู้สึกผิดชอบชั่วดี จึงได้นำให้เข้ามาบวชในพระศาสนา เราเข้ามาบวชแล้วก็ต้องเรียนเรื่องสิ่งดีสิ่งงาม สิ่งทรามสิ่งชั่วให้รู้ว่าอะไรมันเป็นอะไร แล้วก็หลีกจากสิ่งชั่วสิ่งร้าย ประคับประคองตนให้อยู่ในความงามความดี อย่างนี้ทำให้คุณพ่อคุณแม่สบายใจ เขาเรียกว่าบวชโปรดพ่อแม่ ก็บวชโปรดกันที่ตรงนี้ตรงที่เราประพฤติดีเมื่อออกไปอยู่บ้าน ตอนที่อยู่วัดมันไม่เท่าไหร่หรอก เพราะว่าระเบียบบังคับอยู่ ยังไม่รู้กำลังใจว่าจะดันขนาดไหน แต่ว่าเมื่อใดเราลาสิกขาออกไปอยู่บ้าน ถ้าเราบังคับตัวเองได้ ไม่ปล่อยใจไปตามอารมณ์และสิ่งแวดล้อม ก็เรียกว่าเราได้ประโยชน์จากการบวชร้อยเปอร์เซ็นต์ ได้อานิสงฆ์เต็มเม็ดเต็มหน่วย คุณพ่อคุณแม่ก็สบายใจ สบายใจว่าไอ้หนูของเราตั้งแต่บวชแล้วมันเป็นคนละคนกัน อันนี้คือความสบายใจของท่าน เราจึงควรจะหาความสบายใจให้แก่พ่อแม่ทุกโอกาส ในบางครอบครัวลูกอยู่เมืองไทยประพฤติไม่ค่อยจะเรียบร้อย ส่งไปเมืองนอกเสียเลย แต่ว่าบางทีก็ได้ผลบางทีก็ไม่ได้ผล เพราะไปเมืองนอกเดี๋ยวนี้มันไม่เหมือนสมัยก่อน เมืองนอกสมัยก่อนคนไปกันน้อย คนไทยไปเมืองนอกสมัยก่อนสอบชิงทุนไปทั้งนั้น สอบ ม. ๘ ได้ที่หนึ่งทั้งประเทศไปเลย คนที่ไปก็ไม่มากไปอยู่กันเรียบร้อย กลับมาดีมีประโยชน์แก่ชาติแก่บ้านเมืองทั้งนั้น เดี๋ยวนี้ใคร ๆ ก็ไปได้ คนขายน้ำแข็งก็ไปได้ คนขายก๋วยเตี๋ยวก็ไปได้ ไปแล้วก็ไปหางานทำเอาที่โน่น เรียนบ้างไม่ได้เรียนบ้าง บางคนได้ประกาศนียบัตรปลอมมาเสียด้วยซ้ำไป ก.พ. เขากำลังพิจารณาอยู่พวกที่ได้ประกาศนียบัตรปลอมนี่ ได้ปริญญาปลอมมาจากเมืองฝรั่งก็มี ฝรั่งมันก็คอรับชั่นเหมือนกันในสมัยนี้ ไม่ใช่จะดีเสมอไป

ทีนี้ บางทีเราส่งลูกไปเรียนเมืองนอก ไปเจอเด็กไทยเข้าด้วยกันเหมือน ๆ กัน คนอยู่เมืองเดียวกันไปเจอกันมันรักกัน ทีนี้ถ้านิสัยไม่ดีก็รักกัน

ในทางไม่ดี ชวนกันเที่ยวกันเล่น กลายเป็นแก๊งเด็กไทยขึ้นมา รังแกคนนั้นคนนี้ เกิดความเสียหาย เป็นความทุกข์ความเดือดร้อนก็มี แต่ถ้าไปอยู่ในที่ที่ไม่มีเพื่อนเป็นคนไทย หรือไปอยู่ในครอบครัวฝรั่ง แล้วก็อยู่ได้ดีโดยมาก บางทีอยู่ในครอบครัวอยู่ไม่ได้ เพราะชอบเที่ยวชอบสนุก กลับมาดึกดื่นไปเที่ยวเปิดตู้เขา ได้ยินเสียงเขาก็นึกว่าแมวอะไรเข้าไปในครัว แม่บ้านเปิดประตูเข้าไปดูก็พบแมวไทยนั่นเอง เลยก็ดุว่าไม่ชอบใจ ไปหาผู้ปกครองนักเรียนขอย้ายบ้าน เคยคุยกับอาจารย์ผู้ปกครองนักเรียนในอังกฤษ แหม ผมมันปวดหัวจริง เด็กมาเรียนกรุงลอนดอน ต้องหาบ้านให้มันอยู่บ่อย ๆ อยู่แล้วมันไม่ชอบมันจะย้ายอีก พอผมดุหนักเข้าบอกว่าฉันจะส่งกลับแล้ว มันกลับท้าว่าใครจะกลับกันแน่ มันโต พ่อมันใหญ่ พวกนี้มันไปทุน พ.ก. ทั้งนั้น ไม่ใช่ทุน ก.พ. ทุน พ.ก. ชักจะดุทั้งนั้น ผู้ปกครองก็ชักจะกลัวเด็กเหมือนกัน เพราะมันแบบนักเลงอย่างนั้นก็ลำบาก อันนี้เป็นเรื่องวุ่นวาย แต่ถ้าไปอยู่ดีแล้ว เด็กได้อยู่ในครอบครัวประพฤติเรียบร้อยก็สบาย ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน โดยมากไม่ค่อยเสีย พ่อแม่สบายใจ ได้รับจดหมายทุกฉบับก็เหมือนกับว่าได้ขึ้นสวรรค์ เพราะว่าลูกชายตั้งใจเรียนตั้งใจศึกษา แม้หน้าร้อนโรงเรียนปิดก็ไม่เที่ยว แต่ว่าไปเรียนต่อตามบ้านนอก เรียนภาษาเพิ่มเติม จะได้แคล่วคล่องชำนาญ แล้วจะได้เรียนสำเร็จไว ๆ อย่างนี้ถ้ากลับมาก็เป็นประโยชน์แก่ชาติแก่บ้านเมือง

แต่บางคนไปเรียนเมืองนอกได้ความรู้เต้นรำเก่งมา ดื่มเหล้าเก่งมา หรือว่าทำอะไรเก่งในทางสนุกทั้งนั้น อย่างนี้ก็ลำบากพ่อแม่เดือดร้อน ได้ทราบว่าลูกสาวของคนคนหนึ่งไปเรียนเมืองนอก กลับมาแล้วก็ถามว่าสำเร็จอะไรมาบ้าง ได้อะไรมาบ้าง บอกว่าได้วิชาเดินแฟชั่นโชว์มา คนที่ถามว่าเดินแฟชั่นโชว์นั้นต้องไปเรียนถึงเมืองนอกเชียวหรือ มันไม่ยากอะไรขึ้นไปเดิน

ให้เขาดูไม่ยากอะไร ลูกสาวนั้นก็หัวเราะว่าคุณยายนี่ไม่รู้จักแฟชั่นโชว์ว่ามันหมายถึงอะไร ความจริงคุณยายแกรู้ว่าแต่งตัวแล้วก็ไปเดินอวดบนเวที เดินให้มันสวย ๆ เท่านั้นแหละ ต้องไปเรียนถึงเมืองนอกหรือ ความจริงมันไม่ได้อะไรมาจึงบอกไปอย่างนั้น อย่างนี้พ่อแม่ก็กลุ้มใจเหมือนกัน ในบางรายกลุ้มใจเพราะเรื่องอย่างนี้ก็มี ลูกไปเมืองนอกกลับมา เอาอารยธรรมฝรั่งมากไปหยิ่งผยอง มาถึงไม่รู้จักพ่อไม่รู้จักแม่ ไม่มีความกตัญญูกตเวที พูดจาโอหังบังอาจ หาว่าพ่อแม่เป็นผู้มีหน้าที่จะต้องเลี้ยงลูก เลี้ยงเสร็จแล้วมันก็หมดเรื่องกันไม่ต้องมีอะไรต่อกัน ชักจะเป็นนักวัตถุนิยมจัดไปสักหน่อย แม่ก็เดือดร้อนอีกแล้ว มาหาปรึกษาว่าจะทำอย่างไรลูกมันเป็นเสียอย่างนี้แล้ว ก็ต้องบอกไปตามเรื่องว่า ปล่อยไปก่อนเขากำลังเห่อ พาไปเที่ยววัดพระแก้ววัดโพธิ์เสียบ้าง ไปบ้านที่เขาเป็นคนไทยแท้ ๆ ไปเรียนเมืองนอกกลับมาเขาอยู่กันอย่างไรให้เห็นเป็นตัวอย่าง นาน ๆ มันก็ค่อย ๆ คลายความเมาฝรั่งไป บางคนเป็นโรคอย่างนั้น ไปเมืองนอกแล้วเมาฝรั่ง พอมาเมืองไทยเห็นคนไทยไม่เข้าท่าเขยไปเสียทั้งเมืองอย่างนี้ก็มี อันนี้พ่อแม่ก็กลุ้มใจเหมือนกัน กลุ้มใจเรื่องลูกเรื่องลูกนี่ทำให้พ่อแม่กลุ้มใจมากหลายเรื่องหลายประการ เราจึงควรจะได้คิดกันในข้อนี้ โดยเฉพาะเด็ก ๆ หนุ่ม ๆ สาว ๆ หนูอย่าทำให้พ่อแม่ร้อนใจ ให้นึกถึงอุปการคุณ ให้ตั้งปัญหาถามเสียบ้าง ว่าเราเกิดมาจากใคร ใครเลี้ยงเราใครให้การศึกษาแก่เรา ใครแนะนำเราให้เป็นคนดี ใครห้ามเราไม่ให้ทำชั่วทำเสีย ชีวิตของเราที่ได้มีได้เป็นอยู่นี้ เป็นฝีไม้ลายมือของใคร เราหัดคิดเสียบ้าง ถ้าคิดแล้วก็จะตอบได้ว่า เจ้าพระคุณทั้งสองนั่นแหละคือคุณพ่อคุณแม่ไม่มีใคร ท่านเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรใบดกปกเกล้าเกษา ทำให้เราได้รับความสะดวกสบาย เราจึงควรทำให้ท่านสบายบ้าง ท่านเลี้ยงเรามาแล้วเราก็เลี้ยงท่านบ้าง ท่านทำอะไรแก่เราเราก็ทำอย่างนั้นแก่ท่านบ้าง อย่างนี้เขาเรียกว่า

เป็นลูกดีมีความกตัญญูกตเวที ลูกดีมีความกตัญญูต่อพ่อแม่ ก็เท่ากับว่าสร้างวิมานสวรรค์ไว้ในอกพ่อแม่ ทำให้ท่านสบายใจ สบายใจว่าลูกดี ไม่มีเรื่องร้อนใจ นึกถึงลูกคนใดก็สบายใจทุกที ลูกอย่างนั้นเขาเรียกว่า เป็นผู้แบกพ่อแม่ขึ้นสวรรค์ ทีนี้ถ้าหากว่าเราทำเรื่องให้ท่านร้อนใจ ก็เรียกว่ากดท่านให้จมลงนรกไปเท่านั้นเอง ทำให้พ่อแม่ได้รับความลำบากเดือดร้อน ลูก ๆ ทั้งหลายไม่ควรจะได้คิดในรูปอย่างนั้น แต่ควรคิดว่าเรา จะต้องตอบแทนท่าน ต้องรักท่านให้มาก เอาอกเอาใจท่าน คอยช่วยเหลือเจือจุนท่าน ยิ่งรู้ว่าคุณพ่อคุณแม่เจ็บไข้ได้ป่วยด้วยโรคบางอย่าง เราต้องทำดีให้มากเพื่อเอาใจก็เหมือนกับช่วยให้ท่านหายโรคหายภัย เพราะถ้าใจดีโรคทางกายก็หายไว แต่ถ้าจิตใจลำบากโรคมันก็หนักลงไปทุกวันทุกเวลา อันนี้เป็นเรื่องที่ควรคิดอยู่เสมอสำหรับคนหนุ่มคนสาวในยุคปัจจุบัน พ่อแม่จะได้สบายใจ.

ทีนี้ พ่อแม่เองที่มีความทุกข์ ถ้าเห็นว่ามันเหลือแก้ เราก็ต้องคิดไปในแง่ธรรมะอีกเหมือนกัน คือคิดว่ามันมิใช่วิสัย มันเป็นเรื่องที่เราห้ามกันไม่ได้ หรือพูดตามประสาคนแก่ตามวัด ก็พูดว่า มันเป็นเรื่องกรรมบุญของเขามาอย่างนั้น ก็ไม่รู้จะทำอย่างไร อย่างนี้เรียกว่าคิดให้มันปลงตกไป แต่ว่าการคิดอย่างนั้น เป็นอันนัดสุดท้าย อันสุดท้ายแล้ว แต่ถ้ายังใช้อย่างอื่นได้ก็ต้องใช้ไปก่อน เพื่อปรับปรุงแก้ไขต้นเหตุคือ ลูก ๆ ให้ดีขึ้น แต่ถ้าเหลือวิสัยเราก็ปรับตัวเรา นึกว่ากรรมของเขาเราช่วยไม่ได้ เราทำหน้าที่เลี้ยงมาจนเติบโตแล้ว ให้การศึกษาแล้ว เขามีปีกขาแข็งพอที่จะบินด้วยตัวเองแล้ว เขาจะบินสูงบินต่ำบินเดี่ยวเรื่องของเขา เราจะบังคับเขาไม่ได้ ก็ต้องหัดปล่อยหัดวางไปตามเรื่อง วาง ๆ ปล่อย ๆ ทำใจให้มันว่าง นึกว่าฉันไม่มีลูกก็แล้วกัน แต่ถ้าเขามาขอเราก็ให้ไปตามเรื่อง แต่นึกว่าเป็นการให้ทานแก่สัตว์ผู้ยากไปก็แล้วกัน เพราะว่าไม่รู้จะว่าอย่างไรกันแล้วก็ต้องว่าอย่างนั้น อันนี้เรียกว่าแก้

ภายใน คือแก้ที่เราผู้เป็นเจ้าของสิ่งนั้น เพื่อให้ปลงตกวางลงไปได้ จะได้ไม่มีปัญหาความกระวนกระวายในทางจิตใจมากเกินไป ถ้าเราคิดมากมันจะเป็นทุกข์มากเกินไป จึงคิดปล่อยคิดวางในเรื่องอย่างนี้เสียบ้าง ตามสมควรแก่ฐานะ ทำใจเฉย ๆ ไม่สนใจในการที่เขาเป็นเขาอยู่ แต่ถ้ามีโอกาสที่จะคุยได้ก็คุยไปตามฐานะของผู้ที่เป็นพ่อเป็นแม่ แต่ถ้าคุยไม่ไหวก็ต้องปลงไปดังที่กล่าว จิตใจก็จะได้สบาย อันนี้เรียกว่าถอนอุปาทานการยึดมั่นให้เบาลงไปสักหน่อย คือไม่คิดว่าเป็นลูกของเราก็แล้วกัน นึกว่าเขามาอาศัยท้องแล้วเกิดมาเรามันเคยเป็นทาสเขามาในชาติก่อน เลี้ยงไว้จนโต พอโตแล้วเขาปีกกล้าขาแข็งแล้วก็บินไปตามเรื่องของเขา หมดเวรหมดกรรมกันเสียทีอโหสิกันต่อไป ก็เรียกว่านึกเป็นบทสุดท้าย สำหรับปลอบโยนจิตใจของเราเอง ไม่ให้เกิดเป็นปัญหามีความทุกข์ความกระวนกระวายใจมากเกินไป อันนี้ต้องคิดในแง่ธรรมะแต่ว่าเป็นบทสุดท้าย.

ความทุกข์ยากของมนุษย์นี้มันมีมากอย่างดังที่กล่าว คนที่จะมีความสุขกายสบายใจแท้ ๆ หายากไม่ว่าจะเป็นคนชนใด ลองไปคุยดู คุยกับคนที่มั่งมี คนปานกลาง คนยากจน ชาวนา ชาวสวน พ่อค้า ล้วนแต่มีปัญหาทั้งนั้น มีความทุกข์กันอยู่ในใจทั้งนั้น ไม่เรื่องใดก็เรื่องหนึ่ง อาตมานี้มีประสบการคุยกับโยมมามาก โยมที่มีเงินล้านก็คุย ไม่มีเงินก็คุย คุยกันไปตามเรื่องศึกษา ก็มีความทุกข์ทั้งนั้น แต่ว่าบางคนทุกข์มากบางคนทุกข์น้อยบางคนไม่ได้เรียนธรรมะแต่ก็ไม่ค่อยมีความทุกข์ มีอารมณ์สดชื่นแจ่มใสจิตใจสบาย ไม่ค่อยจะมีปัญหา ไม่มีเรื่องกระวนกระวายใจ นั้นก็เพราะว่าโดยธรรมชาติการยึดน้อย มีความกังวลน้อย ปล่อยได้วางได้ ก็สบาย แต่ว่าคนที่มีความกังวลมากปล่อยยากวางยาก ก็ต้องมีความทุกข์ตามแบบต่าง ๆ กันดังที่กล่าวแล้ว.

เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงเห็นว่าปัญหาอันใหญ่ยิ่งของมนุษย์ ก็อยู่ที่ความทุกข์ความเดือดร้อนนี่เอง ไม่ได้อยู่ที่อะไร ทำอย่างไรจึงจะแก้ไขปัญหานี้ได้ พระองค์เสียสละความสุขในวัง เสียสละความเป็นใหญ่ของความเป็นกษัตริย์ ออกไปนั่งบนดินบนทรายอดหลับอดนอน อดแห้งอดแล้งอยู่ตามป่า ก็เพื่อแสวงหายาสำหรับแก้ทุกข์ให้แก่ชาวโลก เกือบเอาชีวิตไปทิ้งเสียในป่าด้วยซ้ำไป เพราะเดินผิดทางไป แต่ก็ยังเป็นบุญของชาวโลกที่พระองค์ไม่ดับ-ขันธ์เสียก่อน ได้สำเร็จเป็นพระพุทธเจ้า ก็ด้วยการค้นพบยาแก้ทุกข์นี่เอง แล้วก็นำยานั้นมาประกาศให้ชาวโลกได้รู้ต่อไป และพระองค์ก็เตือนว่า สิ่งสำคัญที่เราย้ำเราสอน ก็คือ เรื่องความทุกข์และการดับทุกข์ได้ สองอย่างนี้แหละสำคัญ พระองค์ตรัสว่าเป็นเรื่องเดียว ว่าเรื่องเดียวที่สำคัญที่เราสอนคือความทุกข์และการดับทุกข์ได้ พระองค์ประกาศให้ชาวโลกรู้ เราผู้เป็นศิษย์ของพระองค์ ก็ควรจะนำปัญหานี้มาขบคิดพิจารณา ให้ใช้ยาของพระพุทธเจ้ามาแก้ไขความทุกข์ความเดือดร้อน เพราะว่าพระองค์รู้ว่าโรคคืออะไร เหตุของโรคคืออะไร และรู้ว่าโรคแก้ได้ ไม่ใช่แก้ไม่ได้เหมือนโรคมะเร็ง แล้วก็รู้ว่าจะแก้ไขโดยทางใด พระองค์บอกไว้ทุกประการ พระพุทธศาสนาไม่ได้มองโลกในแง่ร้าย ว่าเป็นทุกข์ไปทุกอย่าง แต่ว่ามองตามสภาพที่เป็นจริงของมนุษย์ว่ามันเป็นเช่นนั้น แล้วก็หาทางบอกไว้ด้วยว่าหาทางแก้ไขอย่างไร รู้ทั้งเหตุทั้งผลของเรื่องทุกประการ.

เรามีชีวิตอยู่ในโลกถ้าได้เอาธรรมะเหล่านี้ไปใช้ แก้ไขปัญหาแล้วเราก็สบายขึ้น อยู่ในโลกด้วยปัญญา ก็มีความสว่างขึ้นทุกวัน ถ้าอยู่ด้วยความเขลาก็จะมืดทุกวันทุกเวลา เพราะฉะนั้นให้อยู่ด้วยปัญญา หาสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นหลักธรรมะมาแก้ไขปัญหาชีวิต เพื่อถอนความยึดมั่นออกจากตนทีละน้อยๆ โดยลำดับ อายุมากขึ้นวัยเจริญขึ้น เราก็ควรจะรู้มากขึ้นฉลาดขึ้นในการที่จะ

แก้ปัญหาต่าง ๆ ตามสมควรแก่เรื่อง อันนี้เป็นเรื่องสำคัญอยู่อันหนึ่งเหมือนกัน ที่เกิดจากความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องดังกล่าว ต่างฝ่ายต่างยึดมั่นของตัวจึงได้เป็นทุกข์ ถ้าต่างฝ่ายต่างปล่อยต่างวาง มันก็เข้าหากันได้ อยู่กันด้วยความสุขความสงบตามสมควรแก่ฐานะ ดังที่ได้กล่าวมา เพื่อเป็นเครื่องชี้แนะแนวทางเตือนจิตสะกิดใจแก่ญาติโยมทั้งหลาย ก็พอสมควรแก่เวลา ขอจบการแสดงปาฐกถาไว้แต่เพียงเท่านี้.

ครั้งที่ ๑๑/๒๕๑๖

ปาฐกถาธรรม

โดย

พระราชนันทมุนี

ณ วัดชลประทานรังสฤษฎ์ อ. ปากเกร็ด จ. นนทบุรี

วันอาทิตย์ที่ ๒๓ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๖

ญาติโยม พุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังธรรมะปาฐกถา อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา

การฟังธรรมะ การอ่านหนังสือธรรมะ เป็นเครื่องช่วยให้สงบจิตใจ เป็นสิ่งช่วยให้เกิดความสว่างในทางปัญญา เป็นการแสวงหากระจกมาส่องดูตัวเรา เพื่อให้รู้ว่าเราอยู่โดยมีธรรมะ หรือว่าเราอยู่โดยไม่มีธรรมะ การอยู่โดยมีธรรมะเป็นแสงนำทางนั้น ย่อมเป็นเหตุให้เกิดความสุข การอยู่โดยไม่มีธรรมะเป็นเครื่องนำทาง ย่อมเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน บรรดาสิ่งชั่วทั้งหลายที่เกิดขึ้นในชีวิตของคนเราแต่ละคนนั้น เป็นเรื่องเนื่องจากไม่เอื้อเฟื้อสนใจในเรื่องของธรรมะ ไม่แสวงหาธรรมะมาประดับใจ ไม่เอาธรรมะเป็นดวงประทีปนำทางชีวิต จึงเป็นเหตุให้มืดบอดหลงผิดในปัญหาชีวิตด้วยประการต่าง ๆ แล้วเป็นเหตุให้กระทำความทุกข์ความเดือดร้อนในชีวิตประจำวัน

เมื่อกระทำสิ่งใดที่เป็นความทุกข์ความเดือดร้อนแล้วไม่มีความสำนึกรู้สึกตัวว่าการกระทำของเรานั้นเป็นเหตุให้เกิดความเสียหายทั้งแก่ตนแก่ท่าน การที่ไม่รู้สึกตัวนั้นก็เพราะว่า เราไม่รู้ว่าเรากำลังทำผิด เราไม่รู้ว่าเรากำลังเดินไปในทางที่ไม่ควรเดิน การที่ไม่รู้ไม่เข้าใจนั้น ก็เนื่องจากไม่ได้พิจารณาตนเองไม่ได้สอดส่องมองดูตัวเองให้รู้จักตัวเองชัดเจนแจ่มแจ้ง และการที่ไม่ได้สอดส่องมองดูตัวเองนั้นก็เพราะว่าตัวไม่มีกระจกสำหรับส่อง จึงเป็นเหตุให้เกิดการหลงผิดอยู่ตลอดเวลา ถ้าเราได้มาฟังธรรมะเสียบ้าง ก็จะได้กระจกสำหรับส่องทาง เหมือนกับเรามีกระจกไว้สำหรับดูหน้าดูตา เมื่อเวลาใดอยากดูก็พอจะรู้ว่า ตัวเองเป็นอย่างไร ธรรมะก็เป็นกระจกสำหรับส่องเราอย่างนั้น ยิ่งคนเราอยู่ในวัยหนุ่มวัยฉกรรจ์ กำลังที่จะสร้างเนื้อสร้างตัว ยิ่งมีความจำเป็นมากขึ้น ในการที่จะมีธรรมะเป็นเครื่องประคับประคองจิตใจ

เพราะถ้าเราไม่มีธรรมะเป็นเครื่องช่วยในการดำเนินชีวิตแล้ว ชีวิตของคนหนุ่มมักจะตกไปในที่ชั่วที่ต่ำ เพราะความคึกคะนองของความรู้สึกนึกคิด การคบเพื่อน การเที่ยวการเตร่ การสนุกสนานด้วยประการต่างๆอันจะยั่วให้เราตกไปในที่ชั่วที่ต่ำได้ง่าย แต่ถ้าได้มารับฟังธรรมะไว้เสียบ้าง อ่านหนังสือธรรมะเป็นเครื่องเตือนใจไว้บ้าง ก็พอจะเกิดความสำนึกรู้สึกผิดชอบชั่วดี แม้ว่าจะผิดพลาดในอะไรไปก็พอจะคิดได้แล้วจะได้เปลี่ยนแปลงชีวิตจิตใจ หันเข้าหาความงามความดีต่อไป เพราะฉะนั้นการมาฟังธรรม จึงเป็นเรื่องที่ได้ประโยชน์มารดาบิดามีลูกมีหลาน ที่พอฟังรู้เรื่อง เวลามาวัดควรจะพาเขามาด้วย คือพาคนที่พอฟังรู้เรื่องมา อย่าพาเด็กที่ฟังไม่รู้เรื่องมา การพาลูกมาวัดในวันอาทิตย์ก็ดีในวันพระก็ดี เป็นการโน้มน้อมจิตใจของเขา ให้หันเข้าหาธรรมะตั้งแต่ตัวน้อย ๆ เมื่อเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ก็จะไม่เป็นผู้ใหญ่ที่ขวางหูขวางตามารดาบิดา จะเป็นเด็กสุภาพเรียบร้อยนิ่มนวล ทำให้พ่อแม่สบายใจ ความ

สบายใจของพ่อแม่เกี่ยวกับลูกกับหลาน ก็เนื่องจากว่าเราได้ดึงเขาเข้าหาธรรมะไว้แต่เริ่มต้น คือตั้งแต่เป็นเด็ก ยิ่งในสมัยปัจจุบันนี้ด้วยแล้วยิ่งจำเป็นที่สุด ที่เราจะได้นำลูกหลานของเราเข้าหาพระให้มาก ๆ เพราะว่าสิ่งยั่วยวนชวนใจอันจะทำคนให้เสียนั้นมีมากเหลือเกิน ถ้าเราไม่ได้ระมัดระวังในเรื่องนี้ไว้ เด็กของเราอาจเสียคนไปได้ง่ายถ้าเราไม่อยากจะให้ลูกหลานของเราเสียผู้เสียคน เราก็นำเข้าหาพระไว้ให้มาก การนำเด็กเข้าหาพระนั้นให้ถือว่าเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ ครูที่โรงเรียนนั้นมีหน้าที่เหมือนกัน แต่ว่าครูอยู่กับเด็กน้อยไม่คุ้นเคยกับเด็กมากเหมือนพ่อแม่ การสั่งสอนอบรมก็มีแต่หน้าที่สอนในพุทธิศึกษามาก ในด้านจริยศึกษาก็สอนบ้าง แต่ไม่มากเกินไป สำหรับมารดาบิดานั้นรู้จักลูกมาตั้งแต่ตัวน้อย ๆ รู้จักนิสัยใจคอ รู้จักว่าเขาชอบอะไร เป็นไปในรูปใด การสอนการเตือนก็ย่อมเป็นการง่าย ถ้าเราตั้งใจทำจริง ๆ แล้วมีทางที่จะช่วยยกระดับจิตใจของเด็กของเราให้ก้าวหน้าไปในทางที่ถูกที่ชอบได้ง่าย เด็กเกเรเสียผู้เสียคนนั้นมาจากครอบครัวที่ไม่สนใจธรรมะ ไม่สนใจในทางด้านการปฏิบัติธรรมะ ลูกจึงเกิดมาอยู่ในรูปอย่างนั้น แต่ถ้าพ่อแม่เป็นผู้ประพฤติธรรมเด็กก็เป็นคนเรียบร้อยตามพ่อตามแม่ ยิ่งพ่อแม่ประพฤติธรรมแล้วชักจูงลูกให้ประพฤติธรรมด้วย ก็ยิ่งดีใหญ่

ในศาสนาอื่นเขาวางเกณฑ์ไว้เลยทีเดียวว่า พ่อแม่ที่ไม่สอนลูกให้นับถือศาสนาที่ตนนับถือเป็นบาป อันนี้หมายความว่า ไม่ชักจูงลูกให้ประพฤติธรรม นั่นแหละเป็นบาป เราผู้เป็นพุทธบริษัทก็เหมือนกัน ถ้าเรามีลูกมีเต้าแล้วไม่ชักจูงให้ประพฤติธรรม ไม่ให้รู้จักศาสนาก็เป็นบาป บาปอันนี้เป็นบาปหนักเป็นบาปติดต่อไปหลายชั่วคน เพราะถ้าลูกเราไม่ดีหลานเราก็จะไม่ดีด้วยเหมือนกัน เพราะฉะนั้นจึงเป็นหน้าที่ที่จะต้องกระทำตั้งแต่เริ่มต้นไปทีเดียว การกระทำอย่างใดนั้นเราอาจศึกษาผู้รู้ เพื่อแนะแนวทางก็ได้ แล้วเอาไปใช้

เป็นหลักปฏิบัติก็จะเกิดประโยชน์ต่อไป อันนี้เป็นเรื่องที่อยากจะฝากญาติโยมทั้งหลายไว้ เป็นประการต้น

ในวันก่อน ๆ โน้น ได้พูดเกี่ยวกับเรื่องความยึดถือในรูปต่าง ๆ ซึ่งภาษาธรรมะเรียกว่า อุปาทาน ว่ากันมาโดยลำดับ ตั้งแต่กามุปาทาน การยึดมั่นในความเพลิดเพลินเอร็ดอร่อยในทางกาม อันเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนในทางใจด้วยประการต่าง ๆ การยึดมั่นในสิ่งที่เรียกว่า ตัวตน สำคัญผิดว่าเป็นตัวตนที่ถาวร มีความเห็นเข้าข้างตัวอย่างรุนแรง ก็เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนมากเหมือนกัน ทีนี้อุปาทานอีกตัวหนึ่งเรียกว่า ทิฏฐุปาทาน หมายถึงความยึดมั่นในความคิดความเห็นที่ตัวมีตัวได้ไว้ ก็เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ด้วยเหมือนกัน ในเรื่องนี้อยากจะเล่าเรื่องเก่าให้ฟังก่อนสักเล็กน้อย

คือว่าเรื่องเกี่ยวกับพระสารีบุตรพระโมคคัลลานะ พระสารีบุตรกับพระโมคคัลลานะเมื่อออกไปบวชแล้ว ไปอยู่ในสำนักของอาจารย์ที่ชื่อว่า สนชัย อาจารย์สนชัยนี้เป็นนักบวชประเภทนิครนถ์ ตั้งสำนักหลักแหล่งสอนศาสนาแก่ประชาชนในสมัยนั้น ก็เป็นคนมีชื่อมีเสียงพอใช้ สารีบุตร โมคคัลลานะซึ่งเป็นคนเจ้าสำราญเมื่อเป็นคฤหัสถ์ เที่ยวเล่นสนุกสนานกับเพื่อนฝูงบ่อย ๆ ก็ยังไปอยู่ในสำนักนี้ แสดงว่าสำนักนี้เป็นสำนักมีชื่อมีเสียงในการสอนธรรมะในสมัยนั้นในยุคนั้น แต่ว่าท่านโมคคัลลานะสารีบุตรเมื่อได้เรียนธรรมะปฏิบัติธรรมะตามคำสอนของอาจารย์สนชัยแล้ว ก็มองเห็นว่าข้อปฏิบัติทั้งหมดที่ได้รู้ได้เรียนนี้ ยังไม่เป็นทางให้ถึงความหลุดพ้นอย่างแท้จริง คือยังไม่พ้นทุกข์อย่างแท้จริง แม้ว่าจะปฏิบัติได้ในเรื่องนั้น ก็ยังไม่พ้นจากความทุกข์ ยังมีความทุกข์อยู่ในดวงใจตลอดเวลา บางเรื่องบางปัญหา ก็เลยสัญญากันไว้ในสองคนว่า เมื่อใดเราคนใดคนหนึ่ง ได้พบความรู้อะไรใหม่ อันเป็นความรู้

ที่จะแก้ไขความทุกข์ได้ หรือว่าได้พบอาจารย์ใหม่ ที่มีความรู้ในการดับทุกข์ได้ ก็ต้องบอกแก่กันและกันให้ทราบด้วย สองคนได้สัญญากันไว้ในรูปอย่างนี้ ครั้นต่อมาสารีบุตรปริพพาชก ซึ่งยังไม่ได้บวชในพุทธศาสนา ได้เดินทางไปบิณฑบาตในเมืองราชคฤห์ วันนั้นได้ไปพบพระมหาเถระองค์หนึ่ง เป็นพวกนับเนื่องในปัญจวัคคีย์ห้าท่าน ชื่อว่า ท่านอัสสชิ พระอัสสชิท่านเดินไปบิณฑบาตด้วยอาการสำรวม เดินเรียบร้อย นุ่งห่มเรียบร้อย ก้าวไป ถอยกลับ เลี้ยวซ้าย เลี้ยวขวา ดูเรียบร้อยทุกอิริยาบท ถ้าพูดตามภาษาชาวบ้านก็เรียกว่า เป็นผู้ดีทุกกระเบียดนิ้วนั่นเอง ท่านสำรวมเป็นอย่างดี สารีบุตรปริพพาชกเห็นก็แปลกใจ เพราะว่านักบวชอื่น ๆ ไม่ได้สำรวมในรูปอย่างนั้น ก็เดินตามไปห่างๆท่าน ครั้นเมื่อได้อาหารพอสมควรแล้ว ท่านก็หลีกออกจากเมืองไปในทุ่งในป่า เพื่อจะฉันอาหารตามสบายของท่าน สารีบุตรก็เดินตามไปด้วย ไปถึงก็จัดที่นั่งถวาย หาน้ำมาถวายรอคอยจนกว่าท่านฉันอาหารเสร็จ ครั้นฉันอาหารเสร็จสารีบุตรได้ถามท่านอัสสชิว่า ดูหน้าตาของท่านผ่องใสมากดูท่านมีความสุขคนหนึ่งในโลก อิริยาบทของท่านก็สงบน่าเลื่อมใส ท่านชอบใจในธรรมะของใคร ใครเป็นครูเป็นอาจารย์ของท่าน ท่านสารีบุตรได้ถามในรูปอย่างนั้น ท่านอัสสชิเถระก็ตอบว่า เราชอบใจในธรรมะของพระสมณะโคดมสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเป็นลูกศิษย์ของพระสมณะพระองค์นั้น สารีบุตรก็ได้ถามต่อไปว่า อาจารย์ของท่านมีปกติสอนในเรื่องอะไร พระอัสสชิก็ตอบอย่างถ่อมตัวว่า เราบวชยังไม่นาน คือบวชเพียงปีเดียว ไม่อาจที่จะพูดธรรมะที่ลึกซึ้งให้ท่านฟังได้ การพูดอย่างนี้ท่านพูดในเชิงถ่อมตัว ความจริงท่านก็เป็นพระอรหันต์แล้ว แต่ว่าพูดอย่างนั้นไปตามเรื่อง ท่านสารีบุตรก็บอกว่า กระผมนี้ชื่ออุปติสสปริพพาชก อันเป็นชื่อเดิมของท่าน ไม่ต้องการข้อความยืดยาว ต้องการแต่เนื้อแท้ของคำสอน ที่ครูอาจารย์สอนท่านไว้

อย่างไร พระอัสสชิก็บอกเป็นภาษาบาลีว่า "เย ธมฺมา เหตุปฺปภวา เตสํ เหตุํ ตถาคโต เตสญฺจ โยนิโรโธ จ เอวํ วาที มหาสมโณ" ซึ่งเรียกว่าเป็นคาถาหนึ่ง สามสิบสองตัวอักษร แต่ว่ากินความลึกซึ้ง รวบความไว้ได้หมดทีเดียว แปลเป็นไทยว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นเพราะมีเหตุ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า จะดับเพราะเหตุดับก่อน พระสมณะมีปกติสอนว่าอย่างนี้ หมายความว่า สอนว่าสิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ จะดับก็เพราะมีเหตุนั้นดับก่อน พระองค์สอนอย่างนี้ ท่านอุปติสสะหรือสารีบุตรได้ฟังแล้วเข้าใจความหมาย ได้ความรู้โพรงขึ้นในใจว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดเป็นธรรมดา สิ่งนั้นต้องดับเป็นธรรมดา นี่เป็นความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นในใจของท่าน คือรู้ขึ้นมาทันทีว่า เมื่อมีเกิดก็ต้องมีดับ สิ่งใดเกิดแล้วจะไม่ดับนั้นไม่มี เพราะความเกิดกับความดับเป็นของคู่กัน และจะดับก็เหตุมันดับด้วย ถ้าเหตุยังมีผลก็ยังมีอยู่ ถ้าเหตุดับผลก็ต้องดับ ท่านเข้าใจความหมาย ได้ดวงตาเห็นธรรม ถ้าพูดตามแบบมรรคผลก็เรียกว่า ท่านได้บรรลุเป็นพระโสดาบันบุคคลทั้งยังไม่ได้บวชในพุทธศาสนา ยังไม่ได้เป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้าตามพิธีการ แต่ว่าเข้าถึงธรรมะของพระพุทธเจ้าแล้วโดยน้ำใจ ก็ชื่อว่าเป็นศิษย์โดยธรรมะแล้วจึงได้ถามว่าเวลานี้อาจารย์ของเราอยู่ที่ไหน ในคำตอนท้ายท่านพูดว่าอาจารย์ของเราอยู่ที่ไหน ก็แสดงว่าการเคารพนับถือพระผู้มีพระภาคเจ้าว่าเป็นอาจารย์แล้ว ท่านอัสสชิก็บอกว่า อยู่ในเวฬุวัน ในนครราชคฤห์ ท่านจะไปหาก็ได้ ท่านสารีบุตรก็บอกว่า จะต้องกลับไปบอกสหายชื่อว่าโมคคัลลานะก่อน แล้วจะนำกันไปหาพระผู้มีพระภาคเจ้าต่อไป ท่านเมื่อพูดกันแล้วก็กลับมาสู่สำนัก นำเรื่องนี้ไปเล่าแก่ท่าน โมคคัลลานะได้ฟัง ท่านพระโมคคัลลานะได้ฟังแล้ว ก็เข้าใจความหมายในรูปเดียวกัน คือรู้ว่าสิ่งใดเกิดแล้วสิ่งนั้นต้องดับ สิ่งใดเกิดแล้วไม่ดับไม่มี ความดับของสิ่งใด

ก็เพราะเหตุดับมันก่อน รู้เข้าใจอย่างนี้เหมือนกัน เลยก็ชวนกันไปลาอาจารย์สนชัย เพื่อจะไปอยู่ในสำนักของพระพุทธเจ้า ไปบอกท่านอาจารย์สนชัยว่าท่านอาจารย์ ท่านอาจารย์ก็สอนธรรมะมานานแล้ว แต่เวลานี้องค์สัมมาสัมพุทธะเกิดขึ้นในโลกแล้ว ข้าพเจ้าทั้งสองนี้ได้รับฟังธรรมะของท่านจากลูกศิษย์ของท่านอีกทีหนึ่ง ได้ความรู้ความเข้าใจอันเป็นเนื้อแท้แล้ว อยากจะขอชวนท่านอาจารย์พร้อมทั้งศิษย์ที่เป็นบริวารนี้ไปเฝ้าพระพุทธเจ้า เพื่อไปฟังธรรมะของพระองค์ แล้วจะได้บวชในพระพุทธศาสนาต่อไป

ท่านอาจารย์สนชัยถามว่า ในโลกนี้คนโง่กับคนฉลาดข้างไหนมีมากกว่ากัน สารีบุตรกับโมคคัลลานะก็ตอบว่า คนโง่มีมากกว่า คนฉลาดมีจำนวนน้อย อาจารย์สนชัยก็บอกว่า เออดีแล้ว เราจะอยู่กับพวกคนโง่ ๆ เธอไปหาสมณะโคดมเถอะ การพูดของอาจารย์ในรูปเช่นนั้น ที่ว่าเราจะอยู่กับคนโง่ ๆ ไม่อยากไปหาพระสมณโคดม เป็นคำที่น่าฟังว่ามันมีอะไรแขวงอยู่ข้างหลังคำพูดนั้น แล้วอีกอันหนึ่งท่านอาจารย์สนชัยพูดว่า เราอยู่ในที่นี่เหมือนกับจรเข้ในมหาสมุทร ถ้าไปอยู่ในสำนักพระสมณโคดม ก็เหมือนกับจรเข้อยู่ในโอ่งน้ำมันอึดอัดขัดใจ ที่ไม่ไปนั่นก็เพราะว่า ไม่อยากจะไป ทีนี้ไม่อยากไปเพราะอะไร ก็เพราะมีทิฏฐิมานะอยู่ในตัวจึงไม่ยอมไปเป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้า เลยก็ไม่ไป อาจารย์สนชัยไม่ไปก็เพราะมีทิฏฐิมานะยึดมั่นอยู่ในทิฏฐิของตัว ไม่ยอมเปลี่ยนแปลง เลยไม่ไปเฝ้าพระพุทธเจ้าไม่ไปฟังธรรม เพราะเรื่องอย่างนี้

อีกเรื่องหนึ่ง มีคนคนหนึ่งชื่อว่านายครหทินน์ ได้ไปฟังธรรมของพระพุทธเจ้าเลื่อมใสศรัทธา แล้วปฏิบัติก็ได้ผลเป็นความสุขสงบทางใจ แล้วไปชวนสหายอีกคนหนึ่งว่า เราได้ไปพบสิ่งประเสริฐของใจแล้ว มาเถอะไปฟังธรรมของพระพุทธเจ้ากัน นายคนนั้นไม่ไป ครั้งที่สองชวนก็ไม่ไป

ครั้งที่สามมาชวนก็ไม่ไป ทีนี้มาชวนอีกครั้งหนึ่งเห็นเพื่อนไม่ไปก็จับมวยผมลากไปเลย เพื่อนคนนั้นนึกขึ้นได้ว่า อ้อไม่ใช่เรื่องย่อยเสียแล้ว สหายของเราไม่เคยล่วงเกินเราถึงเพียงนี้ แต่นี่มาล่วงเกินถึงกับจับมวยผมแล้วคงจะเป็นเรื่องใหญ่ก็เลยบอกว่าไม่ต้องลากตัวไปหรอก ฉันจะไปเอง เลยก็ได้ไปฟังธรรมในสำนักพระพุทธเจ้า ที่ไม่ไปครั้งแรกก็เพราะว่ายังมีทิฏฐิมานะอยู่แต่ที่ยอมไปนั้นก็เพราะคิดขึ้นได้ว่า เป็นเรื่องควรไปเสียแล้ว จึงได้ยอมไปและเมื่อไปฟังธรรมก็ได้ผลสมความปรารถนา.

เรื่องอุบาลีคฤหบดีอีก เรื่องหนึ่งก็เป็นตัว อย่างในเรื่องทิฏฐิเหมือนกัน อุบาลีคฤหบดีเป็นคนมั่งคั่ง มีทรัพย์สมบัติมาก เป็นศิษย์ของพวกนิครนถ์มหาวีระซึ่งเป็นอาจารย์ของนิครนถ์เป็นอาจารย์ของเขา นับถือกันมานานแต่ได้ยินข่าวว่าพระพุทธเจ้าเทศนาไพเราะในเบื้องต้น ท่ามกลางที่สุด เป็นคำสอนที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตควรจะนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ อยากจะไปอยู่เหมือนกัน แต่ว่ายังเคารพในอาจารย์ต้น เมื่อจะไปก็มาลาว่า จะไปฟังธรรมของพระพุทธเจ้า อาจารย์ก็บอกว่า ไม่ต้องไปฟังหรอก พระพุทธเจ้าท่านไม่มีอะไรจะเทศน์มากนัก เรื่องของพระองค์เทศน์แต่เรื่องไม่มีทั้งนั้น ว่างๆ ทั้งนั้น ไม่มีเรื่องอะไร อย่าไปเลย ก็ไม่ได้ไป ไปลาครั้งที่สองก็ถูกคัดค้าน ลาครั้งที่สามก็ถูกคัดค้านไม่ยอมให้ไป ผลที่สุดก็นึกในใจว่า เห็นจะต้องดื้อกันเสียที ขืนลาอยู่ก็คงจะไม่ได้ไปแน่ ๆ เลยไปเองโดยไม่บอกลา ไปถึงสำนักพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นคนฉลาดเป็นคนมีปัญญา เมื่อไปถึงก็ไม่ได้ฟังเฉย ๆ หรอก แต่ไปตั้งปัญหาถามมากมาย เขาเขียนไว้อย่างละเอียดในการโต้ตอบกัน พระพุทธเจ้าท่านก็ตอบให้ฟังอย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง ผลที่สุดก็มีความเลื่อมใสในรสธรรมะที่ได้โต้เถียงกัน เลยยอมตนเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า เมื่อยอมตนเป็นศิษย์แล้ว อยากจะแสดงตนเป็นศิษย์ตาม

ธรรมเนียม พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า อย่าใจร้อน อย่าด่วนได้ ท่านเป็นคนใหญ่โตมีชื่อมีเสียงในเมืองนี้ แล้วก็เป็นศิษย์ของพวกนิครนถ์มาก่อน ถ้าท่านจะมาเปลี่ยนใจนับถือเรา คนเขาจะนินทาว่าใจง่ายเปลี่ยนแปลงเร็วเกินไป ขอให้ยับยั้งไว้ก่อนเถอะ อุบาลีเลยบอกพระพุทธเจ้าว่า ข้าพระองค์ปลื้มใจในคำตรัสของพระองค์เหลือเกิน เพราะว่าที่สำนักอื่นพอรู้ข่าวว่าข้าพระองค์จะไป ก็ต้องทำซุ้มประตูหน้าวัดรับแล้วยกธงยกเทียวต้อนรับอุบาลีคฤหบดี แต่ว่ามาหาพระองค์นี้ไม่มีอะไร พระองค์เป็นผู้ไม่ต้องการศิษย์ พระองค์ให้ธรรมะแก่ศิษย์แต่ว่าไม่ต้องการให้ใครมาเป็นศิษย์ เมื่อข้าพระองค์แสดงความจำนงค์จะเป็นศิษย์ พระองค์ยังห้ามไว้ว่าให้คิดให้ตรองให้รอบคอบ อันนี้ทำให้ข้าพระองค์มีความเลื่อมใสมากขึ้น จึงต้องแสดงตนเป็นพุทธมามกะ พระองค์ก็เลยรับ ครั้นเมื่อรับแล้วก็ยังสั่งอีก บอกว่าบ้านของท่านเคยเปิดประตูต้อนรับพวกเดียรถีย์นิครนถ์ทั้งหลายอย่างใด อย่าปิดประตูบ้านสำหรับคนเหล่านั้น เคยไปหามาสู่อย่างไรก็ตามปกติ เขามาเคยต้อนรับอย่างใดก็ให้ต้อนรับอย่างปกติ ไม่ให้เปลี่ยนแปลงจิตใจเป็นอย่างอื่น ผู้ประพฤติธรรมต้องมีจิตใจอย่างนั้น เขาก็รับคำของพระผู้มีพระภาค และต้อนรับพวกเดียรถีย์นิครนถ์ตามปกติ ไม่มีการเปลี่ยนแปลง แต่น้ำใจแท้จริงนั้นถึงพระผู้มีพระภาคเจ้า อาจารย์ของอุบาลีที่ห้ามอุบาลีนั้นด้วยเรื่องอะไร ก็เรื่องทิฏฐิมานะนั่นเอง กลัวลูกศิษย์จะไปเปลี่ยนใจ กลัวลูกศิษย์จะไม่เลื่อมใสตัว เมื่อไปฟังธรรมะคนอื่นแล้วก็จะเลื่อมใสธรรมะคนอื่น อันนี้เกิดจากความเห็นแก่ตัว เกิดจากทิฏฐิมานะบางสิ่งบางประการ

ในบางศาสนาจึงห้ามศาสนิกไม่ให้อ่านคัมภีร์ของศาสนาอื่น ไม่ให้ฟังธรรมในศาสนาอื่น คราวหนึ่งไปนั่งอยู่ในบ้านคนที่ไม่ได้นับถือพุทธศาสนา เขาเป็นหมอรักษาแผนโบราณ พระท่านไปรักษา ทีนี้พอเวลาเย็นเขามีวิทยุ

แกก็เปิดฟัง พอถึงเวลาแสดงธรรม พอขึ้นนโมเท่านั้น แกลุกขึ้นผลุนผลันไปปิดทันที อาตมาก็นึกในใจว่าคนคนนี้ปิดประตูบ้านไม่รับแสงสว่าง เพราะว่าธรรมะนี่ควรจะฟัง แต่แกก็ไม่ฟัง ขืนฟังไปเดี๋ยวเพื่อนบ้านจะหาว่าไปฟังธรรมต่างศาสนา เขาถือว่าเป็นบาปเป็นโทษ อันนี้การบัญญัติเรื่องนี้ไว้ ก็เป็นเรื่องที่เรียกว่าตระหนี่ลูกศิษย์นั่นเอง กีดกันศิษย์ไม่ให้ไปคลุกคลีกับบุคคลอื่น การห้ามในรูปเช่นนี้ เป็นการทำให้สังคมไม่ลงรอยกัน ให้เกิดการแตกแยกกันในทางพระพุทธศาสนาไม่มีทิฏฐิในรูปนั้น ลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้าจะไปอ่านคัมภีร์กุรอ่านก็ได้ อ่านคัมภีร์ไบเบิลก็ได้ อ่านคัมภีร์พระเวทของพวกพราหมณ์ก็ได้ ไม่ว่าอะไรให้ศึกษาได้ทั้งนั้น เพราะในคัมภีร์เหล่านั้นก็มีธรรมะ ซึ่งอาจตรงกับที่เราได้รู้ตามหลักพระพุทธศาสนาก็ได้ พระองค์เตือนลูกศิษย์ของพระ-องค์ว่า เมื่อไปสนทนากับใคร อย่ารับแล้วก็อย่าคัดค้าน ให้สนทนาด้วยจิตใจที่เป็นธรรม ฟังด้วยใจที่เป็นธรรม ให้รับเอามาคิดพิจารณา ถ้าเห็นว่าตรงกันก็ใช้ได้ ถ้าไม่ตรงกันก็ใช้ไม่ได ไม่ได้ปิดหูปิดตาลูกศิษย์ อันนี้เรียกว่าให้เสรีภาพในการศึกษา ให้เสรีภาพในการอ่าน การฟัง การคิด อันเป็นเสรีภาพที่มนุษย์ต้องการ เดี๋ยวนี้เขามีเรื่องเสรีภาพกันมาก พระพุทธเจ้าท่านก็ไม่กีดกันเสรีภาพในทางนึกคิด ในการกระทำอะไร ๆ แต่ว่าให้มันเป็นธรรมก็แล้วกัน อันนี้น่าคิดอยู่ประการหนึ่ง.

คนเราถ้ามีทิฏฐิมานะแล้วก็ไม่ยอมคน ไม่ยอมทำอะไรซึ่งเป็นเรื่องที่ควรกระทำ มีทิฏฐิมานะเกิดขึ้นในใจเมื่อใด ก็มักจะสร้างรั้วขังตัวเองไว้ในวงของทิฏฐินั้น ไม่ยอมโผล่หัวออกไปพูดกับใคร ๆ ไม่ยอมรับสิ่งใดที่ใครเอามาให้ ปิดประตูหมดทุกเวลา อันนี้เรามาคิดดูว่า มันทำให้เราดีขึ้นหรือทำให้เราตกต่ำลงไป ถ้าคิดโดยความเป็นธรรมแล้วก็จะเห็นได้ว่า เป็นเรื่องไม่เข้าที เพราะเป็นการปิดหูปิดตาไม่ให้รับรู้ในเรื่องอะไร ๆ อะไร ๆ เป็นเรื่องควรรู้

ควรฟังทั้งนั้น แต่ว่าเราฟังแล้วเอามาคิดมาตรอง ให้ได้เนื้อที่เป็นสาระของเรื่องนั้น ๆ การฟังการศึกษานั้นก็เป็นประโยชน์ ไม่ใช่เรื่องเสียหาย แต่ถ้ามีทิฏฐิขึ้นในตัวเมื่อใด ก็มักจะเป็นอย่างนั้น คนเราที่โกรธกันนาน ๆ มันเรื่องอะไร ก็เรื่องทิฏฐิมานะ สามีภรรยามีเรื่องระหองระแหงกันนิด ๆ หน่อย ๆ ไม่พูดกันเสียตั้งเดือน อยู่บ้านเดียวกันแต่ว่าไม่พูดกัน นี่ก็เรียกว่าตั้งข้อเข้าหากัน ฝ่ายสามีก็นึกในใจว่า ข้าไม่ง้อ ภรรยาก็นึกในใจว่า ข้าก็ไม่ง้อเหมือนกัน แข่งขันกันไม่ง้อกัน ต่างคนต่างแข็ง ไม่เข้าหากัน แล้วก็อยู่อย่างมึนชา อาการที่อยู่อย่างมึนชาอย่างนั้น มันเป็นความสุขหรือความทุกข์ ลองคิดดู ญาติโยมที่เคยมีอาการอย่างนั้นลองคิดดูว่ามันเป็นสุขหรือว่าเป็นทุกข์ ถ้าคิดแล้วก็จะมองเห็นว่ามันเป็นทุกข์เต็มที่ เหมือนกับอยู่ในนรกตลอดเวลา นรกแห่งความร้อนอกร้อนใจ นรกแห่งการมีทิฏฐิมานะ นรกแห่งการถือเนื้อถือตัว ไม่ยอมกันบั้นปึ่งกันอยู่อย่างนี้เขาเรียกว่าตกนรกทั้งเป็น นั่นแหละนรกที่น่ากลัวมันก็อยู่ใกล้เรานี่แหละ เราตกลงไปง่าย ๆ อันนี้ก็เกิดจากทิฏฐิมานะไม่ยอมกันนั่นเอง เรื่องไม่ยอมกันในเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ กลายเป็นปัญหาใหญ่ เป็นเรื่องสำคัญขึ้นมา การทะเลาะเบาะแว้งกันในระหว่างคนต่อคน ในระหว่างหมู่คณะ ในระหว่างชาติ ระหว่างศาสนา ในระหว่างคนถือนิกายแตกต่างกัน ไม่ได้เกิดมาจากอะไร แต่เกิดมาจากทิฏฐิมานะ สำคัญว่าฉันเก่ง ฉันดี ของฉันเก่ง ของฉันดี แล้วก็ดูหมิ่นคนอื่นว่าสู้ฉันไม่ได้ ดีสู้ของฉันไม่ได้ เลยไม่หันหน้าเข้าหากัน เป็นเหตุให้เกิดแตกต่างกันออกไป ทำคนที่เป็นหมู่ให้กลายเป็นหลายหมู่ ทำคนซึ่งรวมกันให้แตกออกจากกัน การถือทิฏฐิจึงเป็นเรื่องของการแตกร้าว ไม่มีความรักกัน ไม่มีความสามัคคีกันในหมู่คณะ อันเป็นเหตุให้เกิดความวุ่นวายในสังคม อันนี้ก็เป็นทุกข์โทษที่มองเห็นกันอยู่ทั่ว ๆ ไป เพราะเรื่องในรูปอย่างนี้อันนี้แหละเขาเรียกว่า ทิฏฐุปาทาน คือการยึดมั่นในความคิดความเห็นของตัว

ที่นี้คำว่า ทิฏฐิ ถ้าแปลตามตัวก็แปลว่า ความเห็น ในรูปภาษาบาลีนั้นไม่ดีไม่ชั่ว คำว่า ทิฏฐิ แปลว่าความเห็นเฉย ๆ แต่เป็นความเห็นที่ตัวรับไว้ ยึดไว้ถือไว้ นั่นเอง ส่วนในภาษาไทยนั้นถ้าพูดว่า ทิฏฐิ แล้วก็ไม่ค่อยดี มักจะเป็นเรื่องร้ายไป เช่นเราพูดว่า คนนั้นเป็นคนเจ้าทิฏฐิ ก็หมายความว่าเป็นคนดันไปในเรื่องของตัว หรือว่าคนนั้นเป็นคนทิฏฐิจัด ก็หมายความว่า หัวดื้อถือดี มีอะไร ๆ ที่ตัวเห็นแล้วก็ไม่ยอมใคร เข้าไปในหมู่ใดก็ทำหมู่นั้นให้แตกกัน ให้เกิดความทะเลาะวิวาทกัน เพราะว่ามีทิฏฐิของตัวอยู่ ในภาษาไทยเราถ้าพูดว่าทิฏฐิ แล้วไม่ค่อยจะดี ในภาษาบาลีทิฏฐิเฉย ๆ ไม่ดีไม่ชั่ว แต่ถ้าใส่คำเติมเข้ามาข้างหน้า เช่นว่า มิจฉาทิฏฐิ ก็หมายความว่าเห็นไปในทางผิด ถ้าใส่คำว่า สัมมาเข้าข้างหน้า เป็นสัมมาทิฏฐิ ก็หมายความว่าเห็นไปในทางถูก มิจฉาทิฏฐิเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ สัมมาทิฏฐิก็เป็นเหตุให้เกิดความสุขสบายในทางจิตใจ

คนเราบางทีก็มีทิฏฐิประเภทร้าย ๆ อยู่ในตัว เป็นความเห็นเฉพาะตัวคนคนนั้น ไม่เกี่ยวข้องกับคนอื่น เขาเรียกว่าเป็นสัจจะของบุคคลนั้นโดยเฉพาะเห็นอะไรก็ดันอยู่ในเรื่องนั้นไม่ยอมเปลี่ยนแปลง จนถึงกับพูดว่าข้ายอมตายข้าไม่เปลี่ยนแปลงความคิดเห็นของข้า อันนี้ทิฏฐิจัดที่สุด จัดจนถึงกับยอมตายเราจะเห็นได้เกี่ยวกับการบ้านการเมือง คนบางคนก็ยึดในความเห็นของการเมืองบางอย่าง มีทิฏฐิในบางลัทธิ เช่น สมมติว่ายึดถือในลัทธิคอมมิวนิสต์ว่าดีสำหรับเขา เขาชอบในลัทธินั้น ฝังหัวลงไปเลย ไม่ยอมเปลี่ยนแปลง ไม่มองดูกาลเทศะ ไม่ดูเหตุผล พยายามที่จะเป็นอยู่อย่างนั้นจนกระทั่งไปอยู่ในคุกในตราง ไม่ต้องออกมาดูโลกกันต่อไป อันนี้ก็เรียกว่ามีทิฏฐิจัดในเรื่องนั้น หรือว่าคนบางคนก็มีความเห็นอันใดอันหนึ่ง ซึ่งตัวนึกว่าถูกว่าชอบว่าดี แต่คนอื่นเขาเห็นว่าไม่ถูกไม่ชอบไม่ดี เพราะฉะนั้นสิ่งที่เขาเห็นจึงเป็นเรื่องความจริง

เฉพาะเขา ไม่ใช่ความจริงสาธารณะ ไม่ใช่ความจริงที่ผู้รู้รับรอง จึงเป็นเหตุให้เกิดความวุ่นวาย จากการเห็นในเรื่องนั้น ๆ บ่อย ๆ อันนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับทิฏฐิที่มีอยู่ในใจคนเรา

ทิฏฐิที่เกิดขึ้นในใจของคนเรานั้นมันเกิดมาจากอะไร ก็เกิดมาจากการเรียนการรู้ ในเรื่องอะไร ๆ ต่าง ๆ รับรู้สิ่งใดไว้ แล้วก็เอามายึดไว้มากเกินไปจนไม่ได้คิดว่ามันจะดีหรือชั่ว หรือผิดเหมาะแก่เวลา เหมาะแก่ภูมิประเทศเหตุการณ์หรือไม่ ไม่ได้คิดให้มันรอบคอบอย่างนั้น จะดันของตัวไปท่าเดียว จนกลายเป็นคนเข้ากับใครไม่ได้ เพราะทิฏฐิมันจัดเกินไป อันนี้เป็นความวุ่นวายโดยแท้ ในทางพระศาสนานั้น ถ้าอ่านดูคัมภีร์เก่า ๆ คือพระไตรปิฎกแล้ว เราจะพบว่าคนในสมัยก่อนนั้นมีทิฏฐิแปลก ๆ หลายพวกหลายเหล่า เช่น บางพวกก็ถือทิฏฐิว่า โลกเที่ยง พวกหนึ่งถือว่า ไม่เที่ยง อันนี้เขาเรียกว่าเป็นทิฏฐิสุดโต่งทั้งสองฝ่าย พวกหนึ่งว่าเที่ยง พวกหนึ่งว่าไม่เที่ยง สองคนมานั่งคุยกันแล้วลงรอยกันไม่ได้เป็นอันขาด ไม่ยอมรับว่าอะไรถูกอะไรผิด เลยก็เข้ากันไม่ได้ในสองคนนั้น ในบางคนก็ถือว่า เขาเรียกว่า สัสสตทิฏฐิ คือถือว่าเป็นอะไรก็เป็นอยู่อย่างนั้นตลอดไป เช่นถือว่าถ้าเกิดเป็นคนก็จะเป็นคนอยู่เรื่อยไป ถ้าเกิดมาเป็นสุนัขก็จะเป็นสุนัขอยู่เรื่อยไป ถ้าเป็นอะไรก็เป็นอย่างนั้นอยู่เรื่อยไปไม่มีการเปลี่ยนแปลง อีกพวกหนึ่งว่าเปลี่ยนแปลงได้ เป็นคนอาจเป็นอะไรอีกก็ได้ เป็นสัตว์อาจมาเป็นคนก็ได้ สองคนนี้ก็ไม่เข้ากัน พอมานั่งคุยกันแล้วก็ต้องเถียงกันหน้าดำตาแดง เพราะมีความเห็นไม่ตรงกัน อีกพวกหนึ่งเห็นแผลงไปกว่านั้น คือเห็นว่ามันไม่มีอะไร ไม่มีเสียทั้งนั้น เขาเรียกว่า นัตถิกทิฏฐิ พวกนัตถิกทิฏฐินี้ถือว่าไม่มี สัตว์ไม่มี คนไม่มี บุญก็ไม่มี บาปก็ไม่มี พ่อแม่ก็ไม่มี นรกไม่มี สวรรค์ก็ไม่มี อะไร ๆ ก็ไม่มีไปหมด คนอย่างนี้เขาเรียกว่านัตถิกทิฏฐิ พวกนี้ก็เป็นมิจฉาทิฏฐิอันหนึ่ง ในแง่พุทธศาสนาถือว่าเห็นไม่ตรง

เพราะเห็นว่ามันไม่มีเสียหมดแล้วก็เกิดเรื่องเท่านั้นเอง บุญไม่มีก็ไม่ทำบุญแล้ว บาปไม่มีก็ไม่กลัวบาปแล้ว ถือว่าพ่อแม่ไม่มีก็ไม่เกี่ยวข้องกัน พอเลี้ยงมาโตแล้วก็ไม่สนใจ ไม่มีความกตัญญูกตเวที ไม่เอาอกเอาใจพ่อแม่ ไม่เลี้ยงท่านตอบ ไม่ทำอะไรให้ท่าน เพราะถือว่าความสัมพันธ์มันหมดกันแล้ว บุญคุณของพ่อแม่ไม่มี บุญคุณของครูบาอาจารย์ก็ไม่มี อะไร ๆ มันไม่มีทั้งนั้น ถือว่าเป็นเรื่องของวัตถุมาพบกันเข้าเกิดสิ่งนั้นสิ่งนี้ มันเป็นไปตามอำนาจของวัตถุ ไม่มีจิตใจเข้าไปเกี่ยวข้อง ไม่ยอมรับอะไร ๆ ในเรื่องอย่างนั้น อันนี้เห็นผิดเหมือนกัน ถ้าเกิดความเห็นอย่างนี้แล้ววุ่นวาย ปฏิเสธไปเสียทั้งนั้น ก็เป็นเหตุให้กระทำความชั่วได้ง่าย เพราะจิตใจคนเรานั้นเรื่องชั่วแล้วคิดง่าย ทำชั่วง่าย เมื่อไม่มีอะไรไปหมดจะทำอะไรก็ได้ มักจะเป็นพวกทำตามอารมณ์ ทำตามใจอยาก อยากสนุกอยากเที่ยวอยากเล่น อยากจะทำอะไร ก็ทำตามชอบใจ เพราะไม่นึกว่าอะไรมันจะเกิดขึ้นในกาลต่อไปข้างหน้า ผลของสิ่งนี้ไม่มี อันนี้เขาเรียกว่าเป็นสายสุดที่จะตกไปในทางชั่วทางต่ำ เพราะถือว่าอะไร ๆ มันก็ไม่มีไปเสียทั้งนั้น แม้การกระทำก็ถือว่าไม่เป็นอันทำ เช่นว่าฆ่าคนเขาว่าไม่ได้ฆ่า มันเพียงแต่ว่าวัตถุผ่านเข้าไปในวัตถุเท่านั้นเอง หรือว่ามีดผ่านเข้าไปในเนื้อ ไม่มีผู้ฆ่าแล้วก็ไม่มีใครเป็นผู้ถูกฆ่า อันนี้ก็มีอยู่ในอินเดียในยุคพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าไม่ยอมรับความคิดอย่างนี้ ไม่เห็นด้วยกับความคิดอย่างนี้ เพราะถ้าถือในรูปนั้นแล้ว คนมันอยากฆ่าคนเมื่อใดมันก็ฆ่าได้ เพราะถือว่าไม่มีโทษอะไร ไม่มีผลกรรมอะไร มีดมันเป็นเหล็กผ่านเข้าไปในวัตถุอันเป็นเนื้อ เนื้อมันสู้เหล็กไม่ได้มันก็ขาดไป เอามีดผ่านเข้าไปที่คอคอมันก็ขาดไป ไม่ยอมรับผลที่จะเกิดขึ้นจากอะไรเหล่านั้น อันนี้ก็เรียกว่าเป็นทิฏฐิที่ไม่ยอมรับอะไรทั้งปวง เป็นเรื่องเสียหาย พระพุทธศาสนาไม่ยอมรับลัทธิเหล่านี้

ทีนี้ คำสอนในทางพระพุทธศาสนาเมื่อมีทิฏฐิต่าง ๆ อย่างนี้อยู่มาก เช่นพวกหนึ่งเห็นว่าเที่ยง พวกหนึ่งเห็นว่าไม่เที่ยง สัตว์ตายแล้วหมดไปไม่เกิดอีก อย่างนี้เป็นต้น พระพุทธเจ้าท่านพูดเรื่องนี้อย่างไร ท่านพูดเป็นสายกลาง ไม่เข้ากับฝ่ายสุดฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง พูดเป็นกลาง ๆ ว่า เมื่อสิ่งนี้เกิดขึ้นสิ่งนี้ก็ต้องเกิดขึ้นพระองค์พูดในรูปอย่างนี้ ที่เรียกว่า อิทัปปัจจตา หรือว่าตามหลักปฏิจจสมุปบาท ว่าสิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุ เมื่อมีเหตุก็เกิดขึ้น ไหลไปตามอำนาจของการปรุงการแต่ง ไม่ปฏิเสธในเรื่องการกระทำ ไม่ปฏิเสธในเรื่องอะไร ๆ แต่รับว่าเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นเป็นเหตุแล้ว ก็ต้องมีสิ่งอื่นเกิดตามมาทุกสิ่งทุกอย่างอาศัยเหตุผลเกิดสืบเนื่องกันไปเป็นลำดับ และมีความสัมพันธ์กันในรูปต่าง ๆ อันนี้เป็นหลักเกณฑ์ทางพระพุทธศาสนา ที่พูดเข้าไปในดงของพวกมิจฉาทิฏฐิ เพื่อไม่ให้พวกมิจฉาทิฏฐิกระเทือนใจ ไม่เข้าข้างใดข้างหนึ่ง เช่นว่าคนสองคนนั่งเถียงกัน คนหนึ่งว่าตายแล้วเกิด อีกคนหนึ่งว่าตายแล้วสูญ ทีนี้พระพุทธเจ้ามาสู่ที่นั้น คนที่เห็นว่าตายแล้วเกิดก็ถามว่า พระองค์เห็นอย่างไร คนที่เห็นว่าตายแล้วไม่เกิดก็ถามว่า พระองค์เห็นอย่างไร ถ้าพระองค์พูดว่าเกิดก็เข้ากับอีกคนหนึ่ง พูดว่าไม่เกิดก็เข้ากับอีกคนหนึ่ง มันวุ่นวาย ทำให้เกิดความยุ่งยากทางใจกันเปล่า ๆ พระองค์จะไม่พูดอย่างนั้น แต่พูดว่าสุดแล้วแต่เรื่อง สุดแล้วแต่ปัจจัยเครื่องปรุงเครื่องแต่ง เมื่อสิ่งนี้เกิดขึ้นสิ่งอื่นมันก็เกิดขึ้นได้ เมื่อมีปัจจัยปรุงแต่งมันก็มีกันเรื่อยไป ไม่พูดว่าเกิด ไม่พูดว่าไม่เกิด แต่พูดว่าเมื่อมีเครื่องปรุงเครื่องแต่ง ก็มีสิ่งนั้นเกิดขึ้นเพราะอาศัยเครื่องปรุงเครื่องแต่งอย่างนั้นอย่างนี้ พระองค์พูดเป็นสายกลางไปอย่างนี้เท่ากับว่าเป็นทางกลาง ไม่กระทบกระเทือนกับพวกทิฏฐิทั้งหลายเหล่านั้น อันเป็นเหตุให้เกิดความสบายใจทั้งสองฝ่าย

เราควรจะเอาเรื่องนี้ไว้ เวลาไปสนทนากับใคร ให้พยายามเดินตรงกลาง เดินสายกลาง ไม่เข้าใครออกใคร เช่นว่าไปคุยกับนักการเมืองพวกที่เมาลัทธิอะไรต่าง ๆ พวกหนึ่งอาจพูดว่าสังคมนิยมมี พวกหนึ่งว่ามันสู้ประชาธิปไตยไม่ได้ เราไปนั่งอยู่ตรงกลางจะพูดอย่างไร จะพูดว่าสังคมนิยมดีก็พวกประชาธิปไตยก็ไม่ชอบ พูดว่าพวกประชาธิปไตยดี พวกสังคมนิยมก็ไม่ชอบ ที่นี้เราจะต้องพูดให้เป็นกลาง ๆ การพูดให้เป็นกลางก็คือพูดว่า มันแล้วแต่เรื่อง แล้วแต่เหตุการณ์ เมื่อสิ่งนี้เกิดขึ้นสิ่งอื่นมันก็ตามมา ถ้าเหตุมันดีผลมันก็ดี ถ้าเหตุไม่ดีผลก็ไม่ดี สิ่งทั้งหลายเกิดจากเหตุทั้งนั้น ผลที่ปรากฏอยู่ก็มาจากเหตุ ถ้าใครทำเหตุดีไว้ผลมันก็เป็นความสุขความเจริญ ถ้าใครทำเหตุชั่วไว้ผลมันก็เป็นความทุกข์ความเดือดร้อน เราไม่ว่าอันใดดีอันใดชั่ว แต่เราพูดว่ามันสุดแล้วแต่เหตุแต่ปัจจัยที่ปรุงแต่ง สุดแล้วแต่สิ่งที่เกิดขึ้นตั้งอยู่ แล้วก็เปลี่ยนแปลงไปในรูปอย่างไร การพูดอย่างนี้ไม่กระทบกระเทือนใคร ไม่ทำใครให้เดือดร้อน แล้วเราผู้พูดก็ไม่เป็นเหตุให้เขาเกลียดชัง เพราะพูดเป็นคำกลาง ๆ เรื่องอย่างนี้เป็นเรื่องสำคัญในชีวิตมนุษย์ เพราะคนเราอยู่ในหมู่มนุษย์ต้องฉลาดในการหลบหลีก ที่คนโบราณเขาพูดว่า รู้หลบเป็นปีก รู้หลีกมันก็เป็นหาง มีปีกมีหางมันก็บินไปปลอดภัย แต่ถ้าไม่มีปีกมีหางมันก็เดือดร้อน เพราะฉะนั้นเมื่อเราเข้าไปในสังคมใดก็ต้องพิจารณาว่าเราจะพูดอย่างไร ให้มันเป็นปีกเป็นหางเอาตัวรอดไปได้ ถ้าหากว่าพูดไม่เป็นก็เป็นพิษเป็นภัยแก่ตัวเราเอง จึงต้องพิจารณา แล้วในตัวเราเองนี่ก็เหมือนกัน เราไม่ไปยึดอะไรไว้ให้เป็นอุปาทาน ให้เป็นความทุกข์ความเดือดร้อนในตัวเรา อย่าไปยึดว่าสิ่งนั้นถูกสิ่งนี้ผิดให้มันมากเกินไป แต่ต้องเข้าใจว่าอะไร ๆ มันแล้วแต่เรื่อง สุดแล้วแต่เหตุการณ์ เวลาการประกอบ สุดแล้วแต่เรื่องที่เกิดขึ้นในที่นั้น ๆ เราจะไปยึดเอาว่าอันนี้ถูกเสมอไปก็ไม่ได้ อันนี้ดีเสมอไปก็ไม่ได้

เพราะว่าเรื่องดีเรื่องชั่ว เรื่องบุญเรื่องบาป เรื่องสุขเรื่องทุกข์ มันเป็นเรื่องสมมติ เป็นเรื่องที่ไม่ใช่สัจจธรรม เป็นเรื่องสมมติกันขึ้น เช่น ดีชั่วก็เป็นเรื่องสมมติของสังคมหนึ่ง ๆ สิ่งที่ดีในสังคมหนึ่งอาจไม่ดีในสังคมหนึ่งก็ได้ สิ่งที่สังคมหนึ่งเขาว่าชั่ว แต่ในอีกสังคมหนึ่งเขาว่าไม่ชั่วก็ได้

สิ่งที่เป็นบุญเป็นบาปก็เหมือนกัน ในบางที่เขาว่าอย่างนี้เป็นบุญ แต่ในบางที่เขาอาจว่าเป็นบาปก็ได้ เรื่องมันไม่แน่นอนเสมอไป ในประเทศหนึ่ง ในลัทธิหนึ่ง ในคำสอนหนึ่ง อาจมีคำสอนที่ผิดไปจากอันหนึ่งก็ได้ ถ้าสมมติว่าเราเป็นผู้รับอันใดไว้ แล้วก็ไปอยู่ในที่ที่เขาไม่ยอมรับสิ่งนั้น เราก็ไม่ควรยึดถือว่าของเราถูกเสมอไป ของเราดีเสมอไป แต่เราควรรับฟังในสิ่งที่เขาพูด ถ้าเขาพูดให้เราฟังแล้ว เราก็บอกว่าเออเข้าทีดีเหมือนกัน เราอย่าไปพูดว่าไม่เข้าท่า อย่างนั้นมันผิดไม่ถูกไม่ตรง ถ้าพูดอย่างนั้นก็เดือดร้อน ไม่สามารถจะอยู่ในที่นั้นได้ แต่ถ้าเราพูดว่าเข้าทีดีเหมือนกัน เราต้องเอาไปคิดดูก่อน วันหลังค่อยมาคุยกันใหม่ต่อไป ถ้าพูดได้อย่างนี้เราก็ไม่มีเรื่องจะทะเลาะเบาะแว้งกับใคร ทฤษฎีอันใดทิฏฐิอันใดที่เรารับไว้นั้น เราอย่าไปยึดมั่นว่าอันนี้แหละของฉันเสมอไป แต่เรานึกว่า เรามีความรู้อย่างนี้ เราจะลองใช้มันดูว่ามันจะเป็นอย่างไร จะเป็นไปเพื่อสุขหรือว่าจะเป็นไปเพื่อทุกข์ เป็นไปเพื่อความเสื่อมหรือว่าเป็นไปเพื่อความเจริญ ถ้าใช้ดูแล้วเห็นว่าเกิดผลอย่างไร เราก็จะได้พิจารณากันต่อไป สมมติว่าเราเข้าใจว่าดี แต่ว่าพอทำแล้วมันก็ไม่ดี เพราะบางอย่างเรามีความเห็นว่าดี แต่ยังไม่ได้ใช้ความเห็นนั้นในแง่ปฏิบัติ เราก็ยังไม่แน่นักว่ามันจะดีเสมอไป ครั้นเมื่อเอาไปปฏิบัติเข้าจริง ๆ จึงรู้ว่าไม่ดี เช่นคนบางคนมีทฤษฎีอยู่ในตัว คำว่าทฤษฎี ก็ตรงกับคำว่าทิฏฐิ นั่นแหละ แต่ทฤษฎีเป็นภาษาสันสกฤต ทิฏฐิเป็นภาษาบาลี แปลว่าความเห็นเหมือนกัน คนเราอาจมีความเห็นจากการรู้ การเรียนอะไรมาเยอะ

ไปรับมาจากหนังสือบ้าง รับมาจากคนเล่าให้ฟังบ้าง เรียนมาว่าอย่างนั้น ทีนี้เมื่อเรารับมาแล้ว ถ้าเรายึดว่าอันนี้แหละถูก อันนี้ใช้ได้ ก็ยังไม่ดีนัก เพราะเรายังไม่ได้ไปทดสอบว่ามันจะใช้ได้หรือไม่ เช่นเราไปเรียนเมืองฝรั่ง เราก็รับทฤษฎีต่าง ๆ จากฝรั่งมาเยอะแยะ แล้วเราก็ว่านี่แหละมันดีเขาใช้มาแล้ว มันเจริญมันก้าวหน้า ในเมืองฝรั่งมันเป็นอย่างนั้น ครั้นเรามาถึงเมืองไทย เราจะเอาทฤษฎีนั้นมาใช้บ้าง ลองไปใช้ดูแล้วมันใช้ไม่ได้ มันไม่เกิดคุณเลย ไม่ก้าวหน้าอะไรเลย คนที่ทำด้วยเขาไม่ยอมรับทิฏฐิหรือทฤษฎีอันนั้น เราก็มองเห็นว่าอันนมันใช้ไม่ได้ แล้วเราก็ไปยึดถือว่าเราต้องใช้อันนี้เสมอไป แต่เมื่อเขาไม่ยอมใช้มันก็เกิดความเดือดร้อน

ก็เหมือนหนังสือเรียนของเด็ก ที่เขาใช้แบบแบซิค เด็กหญิงเรณู เด็กชายปัญญาอะไรนั่น ก็เรียกว่าเป็นทฤษฎีที่ใช้ได้ของคนคนหนึ่ง หรือว่ากลุ่มหนึ่ง ทีนี้เอามาใช้เข้าจริง ๆ ก็รู้ว่า มันไม่ดีเสมอไป เพราะว่าเด็กเรียนแล้วมันอ่านหนังสือไม่ออก มันอ่านออกเท่าที่รู้ ตัวอื่นมันอ่านไม่ออก เพราะเรียนเป็นคำ ๆ ภาษาไทยมันไม่เหมือนหนังสือฝรั่งที่เรียนเป็นคำ ๆ ได้ ทิฏฐิของฝรั่งกับของเรามันอาจไม่ตรงกัน ทีนี้ถ้าเราไปใช้ก็เรียกว่าดันใช้ไปเท่านั้นเอง เพราะว่าลงทุนพิมพ์ไปหลายสิบล้านบาทแล้วถ้าไม่ใช้ก็ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร เล่มก็โต ๆ อ่านไม่ทันจบมันก็ขาดเสียแล้ว เปิดไปเปิดมาก็ขาดรูปมันสวย พ่อแม่ก็เดือดร้อน ทฤษฎีอันนี้ก็เรียกว่า ไม่เหมาะ มันเหมาะสำหรับอเมริกา ไม่เหมาะสำหรับเมืองไทย สำหรับเมืองไทยนั้นมันเหมาะว่าต้องเรียนผสมตัว กออะกะ กออากา กออีกี แล้วก็เรียนผันอักษร ขา ข่า ข้า ขี ขี่ ขี้ คา ค่า ค้า คู คู่ คู้ เรียนแบบเบซิคเด็กบ้านนอกอ่านหนังสือไม่ออก เพราะผันอักษรไม่เป็น คนในกรุง ภาคกลางไม่เป็นไร เพราะภาษาพูดกับภาษาหนังสือมันตรงกันอยู่แล้ว แต่ถ้าเป็นเด็กปักษ์ใต้ยิ่งยุ่งกันใหญ่ เพราะว่ามันต้องผันอักษร ถ้าไม่ผัน

อักษรเห็นไม้ตรี ไม้โท ไม้เอก ไม้จัตวา อ่านไม่ออก เพราะไม่ได้ผันมา อันนี้มีปรากฏอยู่ถมไป นี่เป็นตัวอย่างให้เห็นง่าย ๆ ว่า ทฤษฎีอันหนึ่งซึ่งยึดถือว่าถูกต้อง มันอาจไม่ถูกต้องเสมอไปก็ได้ เรายึดถือว่ามันอาจไม่ดีเสมอไปก็ได้ เรียกว่ามันเหมาะแก่ภูมิประเทศหนึ่งบุคคลกลุ่มหนึ่ง ดินฟ้าอากาศอย่างหนึ่ง แล้วเราจะเอามาใช้ในอีกประเทศหนึ่งมันก็ไม่ได้ เช่นการแต่งเนื้อแต่งตัว ฝรั่งเขาแต่งใส่กางเกงใส่เสื้อนอกใส่หมวกใส่รองเท้าหรูหราไปเลย ถ้าเราไปเมืองนอกแล้วกลับมาว่านี่แหละสุภาพ เลยเอามาแต่งเมืองไทยนุ่งกางเกงหนา ๆ เสื้อชั้นในผูกเนคไทร์ แล้วก็ใส่เสื้อชั้นนอกเข้าไปอีก เหงื่อโทรมตายเท่านั้นเอง ทิฏฐินั้นมันก็ใช้ไม่ได้ ทฤษฎีแบบนั้นมันใช้ไม่ได้ ก็มันต้องนุ่งแบบไทย แต่ว่าทฤษฎีของคนไทยจะเอาไปใช้ในยุโรปก็ไม่ได้ อากาศมันไม่เหมือนกัน อันนี้เรียกว่ามันแตกต่างไปตามภูมิประเทศ ดินฟ้าอากาศ ความเป็นอยู่ของประชาชน

แม้ขนบธรรมเนียมประเพณีก็เหมือนกัน เราจะใช้ให้มันเหมือนกันก็ไม่ได้ ประเทศหนึ่งก็ใช้อย่างหนึ่ง อีกประเทศหนึ่งก็ใช้อย่างหนึ่ง คนที่ฉลาดนั้นต้องรู้จักหมุนตัวเองให้เหมาะแก่เหตุการณ์ ภูมิประเทศสิ่งแวดล้อมถ้าไม่รู้จักหมุนแล้วเราก็แพ้จิ้งจกไปเท่านั้นเอง จิ้งจกเวลาไปอยู่ในครัวมันก็ดำไป เพราะว่าควันไฟมีมากมันก็หมุนไป ถ้าไปอยู่ตึกขาวสีมันก็ขาวไป ถ้าไปอยู่ที่หญ้าเขียวไม่เท่าใดมันก็เปลี่ยนเป็นเขียวไป มันหมุนตามกาลเทศะ มันเป็นไปตามเรื่องคราวหนึ่งเสด็จในกรมพระยาดำรง ท่านถามพระองค์หนึ่ง คือไปพบกันที่พม่า พระองค์นั้นเคยไปอยู่ที่ดาชิลลิ่ง ประเทศอินเดีย ดาชิลลิ่งอากาศหนาวมากหน้าหนาว แล้วก็ไปอยู่หน้าหนาวเสียด้วย ท่านก็ถามพระองค์นั้นว่า ท่านจะไปอยู่อย่างไร จีวรสามผืนจะอยู่ได้หรือเมืองดาชิลลิ่งหนาวเหลือเกิน ท่านองค์นั้นท่านไม่ตอบว่าอยู่ได้หรือไม่ได้ แต่ท่านตอบว่า แพะที่เมืองกัลกัตตาขนมันสั้นแพะที่เมืองดาชิลลิ่งขนมันยาว แพะเมืองกัลกัตตาขนมันสั้นเพราะอากาศมันร้อน

แพะเมืองดาจิลลิ่งขนยาวเพราะอากาศมันหนาว มนุษย์นี่ฉลาดกว่าแพะ ถ้า-อยู่เมืองกัลกัตตาห่มจีวรบาง ๆ แล้วไปอยู่ที่ดาจิลลิ่ง เอาจีวรผืนนั้นไปห่มก็สู้แพะไม่ได้เท่านั้นเอง เสด็จในกรมหัวเราะก๊าก ๆ ชอบใจ บอกว่า เออคุณนี่ตอบเข้าทีแล้วคุณห่มกี่ผืน ถามต่อไป พระท่านบอกว่าห่มเข้าไปห้าผืนว่าอย่าง-นั้น แล้วยังมีมะเล็งเก็ตหนาอีกผืนหนึ่งแล้วท่านถามว่าอยู่ได้ไหม บอกว่าอุ่นสบายดี นี่เขาเรียกว่า มันต้องหมุนให้พอเหมาะ แพะเมืองร้อนกับ....แพะเมืองหนาวมันก็ไม่เหมือนกัน คนเรามันก็แตกต่างกัน ความคิดความเห็นการเป็นการอยู่ก็เหมือนกัน คนเราที่ทะเลาะกันไม่ใช่เรื่องอะไร เรื่องยึดถือว่าของฉันถูกนี่เองจึงได้ทะเลาะกัน

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตไม่ทะเลาะกับใคร ไม่วิวาทกับใคร พระองค์ไม่เคยพูดจาทะเลาะวิวาทกับใคร เพราะว่าเป็นผู้อนุ-โลมตามความคิดความเห็นของเขา ถ้าหากว่ามันไม่ตรงกันพระองค์ก็ไม่พูดแบบปฏิเสธ ไม่พูดในเชิงคัดค้าน แต่ว่าพูดไปในอีกรูปหนึ่ง ซึ่งให้เขาเอาไปคิดด้วยปัญญา คนนั้นต้องคิดก่อนจึงจะเข้าใจ ถ้าไม่คิดก็ไม่เข้าใจ เลยไม่มีความบาดหมางในขณะสนทนา จะเกิดความคิดขึ้นทีหลังก็ถึงบางอ้อได้ เพราะได้ใช้ปัญญา อันนี้เป็นเครื่องช่วยบรรเทาทิฏฐิมานะให้เกิดขึ้น มานะทิฏฐิเกิดขึ้นในแง่ต่าง ๆ หลายเรื่อง เช่นเรามีความรู้ ก็มีทิฏฐิมานะว่า คนนั้นไม่มีความรู้อะไร เรามั่งมีทรัพย์ ก็ถือเอาความมั่งมีนั้นเป็นตัวทิฏฐิมานะ มองเห็นคนไม่มีว่า คนนั้นไม่มีอะไร สู้ฉันไม่ได้ เรารูปสวย ไปมองคนรูปขี้เหร่ว่า เออไม่เข้าท่าสู้ฉันไม่-ได้ เรามีอะไรคนอื่นไม่มีก็ไปนึกว่า คนนั้นไม่มีสู้เราไม่ได้ความคิดในรูปอย่างนี้เขาเรียกว่าทิฏฐิมานะเหมือนกัน มานะว่าเราดีกว่าเขา ว่าเราเลวกว่า เขาเสมอเราฉลาดกว่าเขา เราโง่กว่าเขา เป็นเรื่องไม่ได้ทั้งนั้น เพราะเกิดมีมานะขึ้นในแง่ใดก็ตาม เป็นทุกข์เมื่อนั้น เป็นทุกข์ในเรื่องการเปรียบเทียบ ระหว่างเราระหว่างเขา การเปรียบเทียบให้เกิดทุกข์ท่านเรียกว่าเป็นมานะขึ้นมา แต่ถ้า

เปรียบเทียบไม่ให้เป็นทุกข์ก็ไม่เป็นไร โดยมากคนเราเมื่อมีการเปรียบเทียบแล้วมีความทุกข์ เช่นว่าถ้าเราด้อยกว่าเขา เราก็น้อยเนื้อต่ำใจ แล้วเราก็เข้ากับคนนั้นไม่ได้ เลยเป็นเหตุให้ไม่รักกัน ไม่สามัคคีกัน ถ้าเรานึกว่าเราดีกว่าเขา เราก็เข้ากับเขาไม่ได้อีก ถ้าจะไม่ให้ยุ่งยากเราต้องคิดถึงกฎธรรมดาของมนุษย์เราว่าคนเราเดิมแท้ไม่มีอะไร แล้วค่อยมีขึ้นในภายหลัง ที่เรามีขึ้นก็เพราะการกระทำ ให้ถือว่าเราแตกต่างกันในเรื่องกรรมคือการกระทำ ผลทั้งหลายที่เกิดขึ้นในชีวิตของคนเรานั้นเนื่องจากกรรมที่เขากระทำไว้ เราควรศึกษาเรื่องกรรมของบุคคลเหล่านั้น เช่นเราเห็นคนชั่วอย่าไปว่าเขาชั่ว แต่เราคิดว่าเขาชั่วเพราะอะไร แล้วเราไปเกลียดเหตุของความชั่วนั้นดีกว่า เราไปเห็นคนจนก็นึกว่าเขาจนเพราะอะไร จนเพราะความเกียจคร้าน สุรุ่ยสุร่าย ไม่รู้จักตัวเองในเรื่องเกี่ยวกับฐานะให้หาสาเหตุของสิ่งนั้น แล้วเราก็กันไม่ให้สิ่งนั้นเกิดขึ้นในชีวิตของเรา ไม่ว่าเราจะไปพบเห็นอะไร อย่าไปนึกดูหมิ่นเขาในเรื่องนั้น ๆ เป็นอันขาด แต่เรานึกว่าเขาเป็นเช่นนั้นเพราะอะไร คิดค้นสาวหาเหตุของสิ่งนั้นทั้งดีทั้งชั่ว ให้รู้ให้เข้าใจ เช่นเห็นคนดี เราก็นึกว่าเขาดีเพราะอะไร เมื่อรู้แล้วเราก็ทำให้มีเหตุเช่นนั้นเกิดขึ้น การคิดเช่นนี้จะไม่เป็นเหตุให้เกลียดชังคนเหล่า-นั้น เพราะรู้ว่ากรรมสร้างสิ่งทั้งหลายขึ้น ทุกคนเป็นไปตามอำนาจของกรรมเรียกว่ากรรมลิขิต เราจึงควรค้นว่าเหตุของเรื่องนั้นคืออะไร ครั้นรู้เข้าใจแล้วก็ไม่ให้เหตุนั้นเกิดขึ้น หากว่าผลมันเป็นความชั่วความทุกข์ แต่ถ้าหากว่าผลเป็นความสุขความเจริญเป็นความหลุดพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อน เราก็ควรทำเหตุนั้นให้เกิดขึ้นในตัวเรา อันนี้จะเป็นการอยู่กันอย่างสบาย ไม่ตั้งข้อเข้าหากัน ไม่ถือทิฏฐิมานะเข้าใส่กัน การเป็นอยู่ก็จะเป็นไปในทางสุขทางเจริญสมความปรารถนา.

ดังที่ได้กล่าวมา เพื่อเป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจ ในเรื่องเกี่ยวกับทิฏฐุปาทาน ก็พอสมควรแก่เวลา จึงขอยุติไว้แต่เพียงนี้.

คำนมัสการรอยพระพุทธบาทภาษาบาลี

ลายลักษณ์คำกลอน

และ

ประวัติเรื่องรอยพระพุทธบาท

วงศ์ เชาวนะกวี

คำนมัสการพระพุทธบาทภาษาบาลี (วันทาเล็ก)

๏ วนฺทามิ พุทฺธํ ภวปารติณฺณํ
ติโลกเกตุํ ติภเวกนาถํ
โย โลกเสฏฺโฐ สกลํ กิเลสํ
เฉตฺวาน โพเธสิ ชนํ อนนฺตํ
ยํ นมฺมทาย นทิยา ปุลิเน จ ตีเร
ยํ สจฺจพนฺธคิริเก สุมนาจลคฺเค
ยํ ตตฺถ โยนกปุเร มุนิโน จ ปาทํ
ตํ ปาทลญฺชนมหํ สิรสา นมามิ
สุวณฺณมาลิเก สุวณฺณปพฺพเต สุมกูเฏ
โยนกปุเร นมฺมทาย นทิยา
ปญฺจปาทวรํ ฐานํ
อหํ วนฺทามิ ทูรโต

คำแปล

๏ ข้าพเจ้า ขอนมัสการ พระพุทธเจ้า ผู้ทรงข้ามพ้นฝั่งแห่งภพแล้ว ผู้เป็นธงชัยแห่งไตรโลก ผู้เป็นที่พึ่งของไตรภพ พระพุทธเจ้าพระองค์ใดเล่า เป็นผู้ประเสริฐในโลกทรงตัดกิเลสทั้งสิ้นได้แล้ว ทรงปลุกชนเป็นอันมากให้ตื่นอยู่

รอยพระบาทใด อันประดิษฐานอยู่ ณ หาดทราย แทบฝั่งแม่น้ำนัมมทา ก็ดี รอยพระบาทใด อันประดิษฐานอยู่ ณ ภูเขาสัจจพันธ์ ก็ดี ณ ยอดภูเขาสุมนา ก็ดี

รอยพระบาทใดแห่งพระมุนี อันประดิษฐานอยู่ ณ เมืองโยนก นั้นก็ดี ข้าพเจ้า ขอนอบน้อมนมัสการรอยพระบาทนั้นด้วยเศียรเกล้า

ข้าพเจ้า ขอนอบน้อมนมัสการรอยพระบาท อันประเสริฐ ๕ แห่ง แต่ที่ไกล คือ ณ ภูเขาสุวรรณมาลิก ๑ ณ ภูเขาสุวรรณบรรพต ๑ ณ ภูเขาสุวรรณกูฏ ๑ ที่โยนกบุรี ๑ ที่แม่น้ำนัมมทา ๑

ลายลักษณ์คำกลอน

คำกลอนสวด สำหรับสวดนมัสการรอยพระพุทธบาทภาษาไทยนั้น โบราณท่านเรียกว่า "ลายลักษณ์คำกลอน" ใครจะเป็นผู้แต่งและเป็นสำนวนภาคไหน สมัยไหน ยังไม่เป็นโอกาสจะพูดในที่นี้

๏ ขอถวายบังคม พระพุทธบาทบรม ทั้งคู่เรืองรอง สิบนิ้วเบญจางค์ ถวายต่างเทียนทอง จักษุทั้งสอง ต่างธูปเทียนถวาย ผมเผ้าเกล้าเกษต่างดอกปทุมเมศ บัวทองพรรณราย วาจาเพราะพร้อง ต่างเสียงฆ้องถวาย ดวงใจข้าหมาย ต่างรสสุคนธา พระบาททศพล ทั้งคู่เลิศล้น ปรากฏรจนา มีทั้งจักรแก้ว พรายแพร้วทอตา กงคำโสภา ดวงดุมเพลาทอง มีมงกุฎรัตน์ พัชนีโบกบัด ฉัตรแก้วเรืองรอง พวงแก้วมณี รัศมีขาวผ่อง กระออมเงิน กระออมทอง กระออมแก้วแววไว มีทั้งถาดทอง ถาดเงินเรืองรอง ถาดแก้วประไพ มีจักรพรรตรา เสนาเกรียงไกร ถือองเทียวไสว ดูงามยรรยง มีฉ้อภาษา สิบหกชั้นฟ้า พระอินทร์จำนง แสนสาวขาวสวรรค์ เทวัญล้อมวง นั่งเฝ้าพระองค์ ในทิพยพิมาน มีพรหมโสฬส สิบหกชั้นปรากฏ กอปรแก้วแกมกาญจน์ ลดมุขทุกชั้น เบื้องบันสิงห์หาญ พระพรหมฌาน ทุกชั้น

พรหมมา มีพระอาทิตย์ พระจันทร์เรืองฤทธิ์ ขับรถไคลคลา เวียนรอบราศี รัศมีรุ่งฟ้า ดวงดาวดารา ประดับเมืองสวรรค์ ทวีปใหญ่ทั้งสี่ ทวีปน้อยอันมี นับได้สองพัน มีจักรวาลเวียน พิศเพียรอนันต์ พระสุเมรุเฉิดฉัน หลักโลก โลกา มีเขาสัตบริภัณฑ์ ล้อมรอบเจ็ดชั้น เขาแก้วเมรุมา มีสีทันดร อยู่ ระหว่างบรรพต มีเจ็ดคงคา กระสินธุ์แสงใส มีเขาไกรลาศ เงินยวงเดียร ดาษ ขาวผ่องประไพ วิมานอิศวร เสนาเกรียงไกร ถือธงไสว เช้าเผ้าวันทา มีป่าหิมพานต์ ต้นพฤกษาศาล ดูงามโสภา ทรงผลแก่อ่อน ซับซ้อนบุบผา ราชครุฑปักษา อยู่วิมานฉิมพลี มีพระยาไก่แก้ว นกกระเรียนพรายแพร้ว กินรากินรี ชมช่อมาลา ร่อนรำงามดี สัตวาโนรี แขกเต้าเขาขัน หงส์ห่าน มยุรา ยูงทองปักษา ดูงามพรายพรรณ มีพระยานกกะหิต วิจิตรแดงฉัน พญาแร้งเวียนวัน ดูงามเฉิดฉาย มีพระยาไกรสร ช้างแก้วกุญชร ม้า แก้วพรรณราย สิงโตย่างเยื้อง เสือเหลืองเยื้องกราย อุสุภราชผาดผาย นางโคคลาไคล มีลูกกินนม กล้องแกล้งน่าชม ขาวผ่องประไพ มีเจ็ดสระศรี ชลธีหลั่งไหล กระสินธุ์แสงใส บัวบานเบญจพรรณ มีมหาสมุทท้ย ลึกล้ำ กว้างใหญ่ มัจฉาอนันต์ ปลาเงินปลาทอง ลอยล่องตามกัน มังกรจรผัน จรเข้เหรา มีพระยาเต่าทอง ตื่นเต้นแล่นล่อง ในท้องคงคา มีสำเภาแก้ว เพริศแพร้วทอตา สำเภาเงินโสภา สำเภาทองบรรจง เสร็จสิ้นไตรภพ พรรณนามาจบ ลายลักษณ์พระองค์ มีสิ้นทุกสิ่ง งามยิ่งยรรยง ในพื้น บาทบงก์ พุทธบาทบาทา พระศรีสรรเพชญ์ พระเจ้าเสด็จ โปรดทั่วโลกา มีดอกบัวทอง ทั้งสองโสภา ผุดจากพสุธา รองรับบทมาลย์ ทุกก้าวพระบาท ดอกดวงปทุมมาศ บ่คลาดจากสถาน ที่ใดไม่สบาย พระพายพัดพาน หอบ เอาคันธมาล นมัสการพระองค์ หอบเอาทรายแก้ว ละอองผ่องแผ้ว มา โปรยปรายลง ให้ทางราบรื่น รองพื้นบาทบงก์ ให้พระพุทธพงศ์ ทรงศักดิ์

สบาย รอยพระพุทธบาท ครั้นเสร็จไคลคลาด อันตรธานกลับหาย มิให้ปรากฏ แก่โลกหญิงชาย เหยียบย่ำทำลาย จักเป็นโทษา พระศาสตราจารย์ เสด็จเข้านฤพาน ลับแล้วเราอา ไว้รอยบาทบงก์ อันทรงลักขณา บรรจบครบหัว สถานโดยมี บาทหนึ่งปรากฏ อยู่เหนือบรรพต สุวรรณคีรี พระบาทหนึ่งนั้น เขาสุวรรณมาลี ในพระบุรี อยุธยานคร พระบาทหนึ่งนั้นโสด ยอดเขาสุมนโกฎ ลังกาบวร บาทหนึ่งทศพล อยู่บนสิงขร ใกล้พระนครโยนกบุรี บาทหนึ่งประดิษฐาน อยู่แถวชลธาร นัมมทานที เป็นที่วันทา ฝูงปลากุมภีสัตว์ในชลธี ยินดีอภิวันท์ พระบาทห้าแห่ง พระเจ้าสำแดง ย่างเหยียบไว้นั้น เป็นที่วันทา เทวาทุกชั้น มนุษย์คนธรรพ์ สุบรรณอสุรา พระบาทเลิศไกร ไว้สั่งสอนใจ หญิงชายถ้วนหน้า หัวค่ำไก่ขัน ทุกวันอัตรา อุตส่าห์ภาวนา เป็นนิจนิรันดร์ ใครว่าลายลักษณ์ ได้บุญมากนัก แปดหมื่นสี่พัน จะพบพระองค์ ผู้ทรงสัจจ์ธรรม์ อาจจะป้องกัน อันตรายราวี ผู้ใดอุตส่าห์เมตตาภาวนา ทุกวันราตรี ได้เล่าสรรเสริญ พระพุทธบาทมุนี ห้าสถานโดยมี มาลีคณนา นิพพานปัจจโย โหตุ ฯ โยมสวด ถ้านมัสการ ทุกวันจะได้ขึ้นสวรรค์แล ฯ

ห้าแห่งรอยพระบาทผู้ จอมอารย์
ใครมุ่งนมัสการ ค่ำเช้า
จะเกิดบุญญาธิการ เถลิงสุข สนองนา
เทียนธูปมาลาเผ้า ใฝ่เพิ้นบูชา

บันทึกความประกอบเรื่องลายลักษณ์นักกลอน

คำให้การขุนโขลน เรื่องพระพุทธบาท ซึ่งมีอยู่ในประชุมพงศาวดารภาคที่ ๗ ความว่า

"เมื่อจะพบผ่าพระบาทครั้งนั้น ท้าวอภัยทศราชได้เสวยราชสมบัติในกรุงเทพมหานคร[๑] พระสงฆ์ไปไหว้พระบาทเมืองลังกาจึงมีลายเข้ามาว่า มีพระพุทธบาทอยู่ ณ กรุงเทพมหานครอยู่ในเขาสัจพันธบรรพต ในแว่นแคว้นปรันตปะนครราชธานีไปจากปรันตปะนั้นหนทางประมาณ ๓๐๐ เส้น ครั้นพระสงฆ์กลับเข้ามาแต่เมืองลังกา จึงถวายพระ (พร) แก่พระมหากษัตราธิราชเจ้า จึงให้ไปหาบนยอดเขาสัจพันธ์ (ได้ทราบ) เรื่องราวแต่นายพราน (บุญ) ซึ่งพบผ่าพระพุทธบาท (ว่า) มีศิลาเป็นลื้นถอดบีดอยู่ มีน้ำขังอยู่ในรอยแต่พอนกเนื้อกินได้ ครั้นนายพรานยิงเนื้อถูกเข้าลำบาก เนื้อนั้นก็วิ่งไปถึงผ่าพระพุทธบาท ได้กินน้ำในรอยก็หายดีไป นายพรานนั้นเห็นเหตุประหลาดอยู่ เข้าไปดูเห็นศิลาลื้นถอดมีน้ำขังอยู่ นายพรานจึงตักน้ำนั้นมากิน นายพรานเป็นเกลื้อนกลากก็หายหมด นายพรานจึงวิดน้ำเสียให้แห้งแล้วจึงเห็นพระลักษณะสำคัญว่ารอยคนโบราณ นายพรานก็นิ่งความไว้ ครั้นพระสงฆ์ถวายพระพรนายพรานนั้นนำไปจึงพบผ่าพระพุทธบาท ท่านจึงให้ก่อเป็นผนังทำเป็นหลังคามุงกระเบื้องไว้อย่างวัดเจ้าพนังเชิง จึงให้ตั้งเจ้าขุนหมื่นไว้รักษาพระพุทธบาท เอานามพระพันธฤษีตั้ง จะตั้งเป็นพระก็ไม่ได้ จะตั้งเป็นหลวงก็ไม่ได้ ด้วยท่านได้อรหัตแล้ว จึงตั้งเป็นขุนสัจพันธคีรี (ศรีรัตนไพรวัน เจติยาสันคามวาสี) นพคูหาพนมโขลน...."

---

๑. ที่เรียกท้าวอภัยทศราช ตรงนี้ ในพระราชพงศาวดาร ตรงกับสมเด็จพระเจ้าทรงธรรม (สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงราชานุภาพ)

สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงราชานุภาพ ทรงประทานคำอธิบายไว้ในคำนำคำให้การขุนโขลน ตอนท้ายนั้นว่า

"เหตุที่จะพบรอยพระพุทธบาทนั้น เดิมพระสงฆ์ไทยออกไปลังกาทวีป ซึ่งมีรอยพระบาทอยู่บนยอดเขาสุมนะกูฏ เป็นที่สักการบูชาของชาวลังกา พระสงฆ์ไทยไปนมัสการรอยพระพุทธบาทนั้น พระสงฆ์ลังกาจึงบอกว่าที่ในกรุงศรีอยุธยาก็มีรอยพระพุทธบาทอยู่ที่เขาสัจพันธ์ เหมือนอย่างที่สิงหลทวีป พระสงฆ์ไทยได้เนื้อความนี้มาทูลแด่สมเด็จพระเจ้าทรงธรรม สมเด็จพระเจ้าทรงธรรมมีรับสั่งให้หัวเมืองเที่ยวตรวจตราหารอยพระพุทธบาทตามที่ชาวลังกาว่า เมืองสระบุรีให้สืบสวน ไปได้ความจากพรานบุญ ว่ามีรอยเหมือนรอยเท้าอยู่ที่เขานั้นรอยหนึ่ง ซึ่งพรานบุญได้พบปะไว้แต่ก่อน เมืองสระบุรีจึงบอกเข้ามากราบทูล ฯ ตามที่กล่าวไว้ในหนังสือพระราชพงศาวดาร."

เมื่อได้อ่านหลักฐานตามที่นำมาเล่าประกอบดังนี้แล้ว เพื่อให้ความกระชับขึ้นอีกเกลียวหนึ่ง อย่าให้เข้าแบบปู่เล่าย่าตาเล่ายายจึงขอนำหลักฐานในหนังสือพระราชพงศาวดาร ในแผ่นดินพระเจ้าทรงธรรมที่อ้างถึงนั้น มาเล่าประกอบหลักฐานอีกชั้นหนึ่ง ดังต่อไปนี้

"ศักราช ๙๖๘ ปีมะเมียอัฐศก (ตรงกับ พ.ศ. ๒๑๔๙) ในปีนั้น เมืองสระบุรีบอกมาว่าพรานบุญพบรอยเท้าอันใหญ่บนไหล่เขาเห็นประหลาด สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวดีพระทัย เสด็จด้วยพระที่นั่งเรือไชยพยุหยาตรา พร้อมด้วยเรือท้าวพระยาสามนตราชดาษดาโดยชลมารคนทีธารประทับท่าเรือรุ่งขึ้นเสด็จทรงพระที่นั่งสุวรรณปฤษฎางค์ พร้อมด้วยคเชนทรเสนางคนิกรเป็นอันมาก ครั้งนั้นยังมิได้มีทางสถลมารค พรานบุญเป็นมัคคุเทศก์ก็นำลัดตัดดงไปถึงเชิงเขา สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวตรัสทอดพระเนตรเห็นแท้เป็นรอยพระบรมพุทธบาท มีลายลักษณ์กงจักรประกอบด้วยอัฏฐุตรสตมหามงคลร้อยแปด ประการสม ด้วย พระ-

บาลีแล้วต้องกลับเมืองลังกาบอกเข้ามาว่า กรุงศรีอยุธยามีรอยพระพุทธบาทอยู่เหนือยอดเขาสุวรรณบรรพต ก็ทรงพระโสมนัสปรีดาปราโมทย์ถวายทัศนับเหนือพระอุตมางคศิโรตม์ด้วยเบญจางคประดิษฐ์เป็นหลายครา กระทำสักการบูชาด้วยธูปเทียนคันธรสจะนับมิได้ ทั้งท้าวพระยาเสนาบดีกระวีราชนักปราชญ์บัณฑิตย์ชาติทั้งหลาย ก็ถวายวันทนประณามน้อมเกล้าด้วยเบญจางคประดิษฐ์ต่างคนมีจิตต์โสมนัสปราโมทย์ยิ่งนักกระทำสักการบูชา สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอุทิศถวายวนาสณฑ์เป็นบริเวณออกไปโยชน์หนึ่งโดยรอบ แล้วทรงพระกรุณาตรัสสั่งให้ช่างจัดการสถาปนาเป็นมณฑปสวมพระบรมพุทธบาท และสร้างพระอุโบสถพระวิหารการเปรียญตึกกว้านกุฎีสงฆ์เป็นอเนกนุประการ แล้วให้ฝรั่งส่องกล้องตัดทางสถลมารคกว้างสิบวาตรงตลอดถึงท่าเรือ ให้แผ้วถางทุบปราบให้ราบรื่นเป็นถนนหลวงเสร็จ สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเสร็จกลับถึงท่าเรือทรงพระกรุณาสั่งให้ตั้งพระราชนิเวศน์ตำหนักฟากตะวันออก ให้ชื่อพระตำหนักท่าเจ้าสนุก ขณะนั้นผีพายเอาดอกเลาปักบั้ถวีเรือชัยทอดพระเนตรเห็นตรัสว่างามดีอยู่ ครั้นเสด็จกลับถึงกรุงสั่งให้แปลงบั้ถวีเรือชัยเป็นเรือกิ่ง ทรงพระกรุณาเร่งรัดให้ช่างสร้างมณฑปพระพุทธบาทและอาวาสบริเวณทั้งปวงสี่ปีจึงสำเร็จ สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเสด็จขึ้นไปกระทำการฉลอง มีงานมหรศพสมโภชเจ็ดวัน แล้วเสด็จกลับยังกรุงเทพมหานคร"

ในหนังสือ ปุณโณวาท คำฉันท์ ที่พระมหานาคแต่งชมพระพุทธบาทไว้ในรัชกาลพระเจ้าบรมโกษฐ ฉบับ พระนางเจ้า สุขุมาลมารศรีพระราชเทวีโปรดให้พิมพ์ เมื่อปีกุน พ.ศ. ๒๔๖๖ นั้น สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงดราชานุภาพ ทรงประทานคำอธิบายเรื่องความเป็นมาแห่งพระพุทธบาทไว้ละเอียด ทั้งภายในประเทศสยามและที่เกี่ยวกับลังกาทวีปและที่อื่น ๆ ว่าเป็นมาอย่างไร เป็นพระอธิบายที่น่ารู้ สำหรับผู้สนใจในเรื่อง

พระพุทธบาท ข้าพเจ้าจึงได้นำบางส่วนที่สำคัญมาประกอบหลักฐานไว้ ณ ที่นี้ด้วย เพื่อไม่ต้องไปค้นหาอ่านจากหนังสือนั้น ความว่า "การที่นับถือรอยพระพุทธบาทเป็นเจดียสถาน ดูเหมือนมูลเหตุจะเกิดขึ้นแต่ ๒ คติต่างกัน เป็นคติของชาวมัชฌิมประเทศอย่าง ๑ เป็นคติของชาวลังกาทวีปอย่าง ๑ คติของชาวมัชฌิมประเทศนั้น เดิมถือกันตั้งแต่ก่อนพุทธกาลว่า ไม่ควรสร้างรูปเทวดาฤๅมนุษย์ขึ้นไว้เส้นสรวงสักการบูชาแลคตินั้นถือกันมาจนพุทธกาลล่วงหลายร้อยปีจึงได้เลิก เพราะฉะนั้นพระเจดีย์ที่พวกพระพุทธศาสนิกชนสร้าง เมื่อก่อน พ.ศ. ๕๐๐ จึงทำแต่พระสถูปฤๅวัตถุต่าง ๆ เป็นเครื่องหมายสำหรับบูชาแทนองค์พระพุทธเจ้า รอยพระพุทธบาทเป็นวัตถุอย่าง ๑ ซึ่งชอบทำกันในสมัยนั้น ทำเป็นรอยพระพุทธบาททั้งซ้ายขวาบ้าง ทำเป็นรอยพระพุทธบาทแต่เบื้องขวาบ้าง แต่ฝ่ายพวกถือศาสนาพราหมณ์นั้น ชอบอ้างภูเขาฤๅสิ่งอื่นที่เป็นเองแต่รูปสัณฐานแปลกปลาด ว่าพระผู้เป็นเจ้าได้บันดาลให้เป็น โดยมีเรื่องตำนานอย่างนั้น ๆ เช่นที่มีเมืองคยามีที่ตำบลหนึ่งไม่ห่างจากตำบลพุทธคยาที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้นัก เรียกว่าตำบลคยาศิระบนเนินเขาตรงนั้นเป็นศิลาดำคล้ายรูปคนนอน แลบนศิลานั้นมีรอยเหมือนรอยเท้าคนอยู่รอย ๑ เขาอธิบายเรื่องตำนานว่า เดิมมียักษ์ร้ายตนหนึ่งพระวิษณุเทพเจ้าเสด็จลงมาปราบ เมื่อจะฆ่ายักษ์นั้นทรงเหยียบตัวไว้แล้วตัดศีรษะเสีย แล้วบันดาลให้ตัวยักษ์แลรอยพระบาทกลายเป็นศิลาปรากฏอยู่ รอยนั้นเรียกกันว่า "วิษณุบาท" นับถือเป็นที่ศักดิ์สิทธิ์มีคนไปบูชาเนืองนิจจนบัดนี้ ที่ว่ามาเป็นส่วนคติที่ถือกันในมัชฌิมประเทศแม้ในพระบาลีก็หามีปรากฏอ้างว่า พระพุทธองค์ได้ทรงเหยียบรอยพระพุทธบาทประดิษฐานไว้ ณ ที่แห่งหนึ่งแห่งใดไม่

ส่วนคติที่ถือกันในลังกาทวีปนั้น เป็นการเกิดขึ้นชั้นหลัง อ้างว่าพระพุทธองค์ได้ทรงเหยียบรอยพระพุทธบาทไว้ให้เป็นที่สาธุชนสักการบูชาแห่ง

คือที่เขาสุวรรณมาลิกแห่ง ๑ ที่เขาสุวรรณบรรพตแห่ง ๑ ที่สุมนะกูฏแห่ง ๑ ที่เมืองโยนกบุรีแห่ง ๑ ที่หาดในลำน้ำนัมทานทีแห่ง ๑ มีคาถาคำนมัสการแต่งไว้สำหรับสวดท้ายสวดมนต์อย่างเก่าดังนี้.

สุวณฺณมาลิเก สุวณฺณปพฺพเต สุมนกูเฏ โยนกปุเร
นมฺมทาย นทิยา ปญฺจปาทวรํ อหํ วนฺทามิ ทูรโต.

รอยพระพุทธบาท ๕ รอยที่กล่าวนี้ เดิมชาวเรารู้แห่งแต่รอยที่เขาสุมนะกูฏ (เขาที่อังกฤษเรียกว่า อะดัมสปีก) อันอยู่ในลังกาทวีปแห่งเดียว พวกชาวลังกาอธิบายตำนานมีอยู่ในเรื่องมหาวงศ์ ว่าครั้งหนึ่งพระพุทธเจ้าเสด็จเหาะไปยังลังกาทวีป ทรงสั่งสอนพวกชาวเกาะนั้นให้เกิดความเลื่อมใสแล้ว เสด็จกลับคืนไปยังมัชฌิมประเทศจึงทรงทำปาฏิหาริย์เหยียบรอยพระพุทธบาท (ใหญ่ยาวราวสักวา ๑) ประดิษฐานไว้บนยอดเขาสำหรับให้ชาวลังกาบูชาต่างพระองค์ แต่ฝ่ายพวกทมิฬที่ถือศาสนาพราหมณ์อ้างว่ารอยนั้นเป็นรอยวิษณุบาท ต่างพวกต่างบูชาด้วยความเชื่อต่างกันมาจนทุกวันนี้ ส่อให้เห็นว่าจะเป็นเพราะพวกลังกาเอาคติของพวกที่ถือพระพุทธศาสนาในมัชฌิมประเทศกับคติของพวกที่ถือศาสนาพราหมณ์มาระคนปนกัน จึงเกิดคติที่อ้างว่าพระพุทธเจ้าได้ทรงเหยียบรอยพระพุทธบาทไว้ ฝ่ายพวกที่ถือพระพุทธศาสนาตามลัทธิลังกาวงศ์ เช่นไทยเราและพม่ามอญ แต่ก่อนมาย่อมเชื่อถือคติตามชาวลังกาก็พากันศรัทธาพยายามไปนมัสการรอยพระพุทธบาทที่เขาสุมนะกูฏ จนถึงรัชกาลพระเจ้าทรงธรรม (พ.ศ. ๒๑๖๓–๒๑๗๑) มีพระภิกษุไทยพวกหนึ่งออกไปถึงลังกาทวีป จะไปบูชารอยพระพุทธบาทที่เขาสุมนะกูฏ พระสงฆ์ลังกาถามว่ารอยพระพุทธบาทที่มีอยู่ ๕ รอยนั้น เขาสุวรรณบรรพตก็อยู่ในสยามประเทศไทยไม่ไปบูชารอยพระพุทธบาท ณ ที่นั้นดอกฤๅ จึงต้องออกไปบูชาถึงลังกา

ทวีปพระภิกษุสงฆ์พวกนั้นนำความมาทูลพระเจ้าทรงธรรม จึงโปรด ฯ ให้มีตราสั่งสั่งหัวเมืองให้เที่ยวตรวจค้นดูตามภูเขาว่าจะมีรอยพระพุทธบาทอยู่ ณ ที่แห่งใดฤๅไม่ ครั้งนั้นผู้ว่าราชการเมืองสระบุรีสืบได้ความจากพรานบุญว่าครั้งหนึ่งไปไล่เนื้อในป่าที่ริมเชิงเขา ยิงถูกเนื้อเจ็บลำบากหนีขึ้นบนไหล่เขาเข้าเชิงไม้ไป พอบัดเดี๋ยวเห็นเนื้อตัวนั้นวิ่งออกจากเชิงไม้เป็นปรกติดังเก่า พรานบุญนึกหลากใจจึงขึ้นไปดูบนไหล่เขานั้น เห็นมีรอยอยู่ในศิลาเหมือนรูปเท้าคนขนาดยาวสักศอกเศษแลมีน้ำขังอยู่ในนั้นก็สำคัญว่าเนื้อคงหายบาดแผลเพราะกินน้ำนั้น จึงตักเอามาลองทาตัวดู กลากเกลื้อนที่เป็นอยู่ช้านานก็หายหมด ผู้ว่าราชการเมืองสระบุรีไปตรวจเห็นรอยมีจริงดังพรานบุญว่า จึงบอกเขามายังกรุงศรีอยุธยา พระเจ้าทรงธรรมเสด็จออกไปทอดพระเนตรทรงพระราชดำริห์ว่า คงเป็นรอยพระพุทธบาทตรงตามที่ลังกาบอกมาเป็นแน่แท้ ก็ทรงพระโสมนัสศรัทธาด้วยเห็นว่า เป็นบริโภคเจดีย์เนื่องชิดติดต่อ ถึงพระพุทธองค์ประเสริฐกว่าอุเทสิกเจดีย์ เช่นพระพุทธรูป และพระสถูปเจดีย์ ซึ่งเป็นของสร้างขึ้นโดยสมมติ จึงโปรด ฯ ให้สร้างเป็นมหาเจดียสถาน มีพระมณฑปสรวมรอยพระพุทธบาท แลสังฆารามที่พระภิกษุสงฆ์อยู่บริบาล แลสร้างบริเวณพระราชนิเวศน์ที่เชิงเขาพระพุทธบาทแห่ง ๑ ที่ท่าเจ้าสนุกริมลำน้ำสักแห่งหนึ่ง สำหรับประทับเวลาเสด็จไปบูชา แล้วโปรด ฯ ให้ช่างฝรั่ง (ฮอลันดา) ส่องกล้องทำถนนแต่ท่าเรือขึ้นไปจนเขาสุวรรณบรรพต เพื่อให้เป็นทางมหาชนไปมาได้โดยสะดวก และทรงพระราชอุทิศที่โยชน์ ๑ โดยรวมรอยพระพุทธบาทถวายเป็นพุทธบูชา กัลปนาผลซึ่งได้เป็นส่วนของหลวงในที่นั้น สำหรับใช้จ่ายในการรักษามหาเจดีย์สถานที่พระพุทธบาท แลโปรด ฯ ให้บรรดาชายฉกรรจ์อันตั้งภูมิลำเนาอยู่ในเขตที่ทรงพระราชอุทิศนั้น พ้นจากหน้าที่ราชการอื่นจัดให้เป็นพวกขุนโขลนข้าพระปฏิบัติรักษาพระพุทธบาทแต่อย่างเดียว ที่บริเวณ

ซึ่งทรงพระราชอุทิศนั้นก็ได้นามว่า เมืองปรันตปะ เรียกกันเป็นสามัญว่า เมืองพระพุทธบาท และเกิดเทศกาลมหาชนขึ้นไปบูชาพระพุทธบาท (เป็นเทศกาลประจำปี) ในกลางเดือน ๓ ครั้ง ๑ กลางเดือน ๔ ครั้ง ๑ ตั้งแต่นั้นมาจนกาลบัดนี้ ฯ"

มีคติของพุทธศาสนิกชนในสยามประเทศนี้ทั่ว ๆ ไปทุกภาค เคยเชื่อถือสืบ ๆ กันมาแต่โบราณกาลว่า อันรอยพระพุทธบาทนี้ ถ้าใครได้ไปนมัสการครบ ๓ ครั้งแล้ว ตายไปก็จะไม่ตกนรก เพราะฉะนั้นเมื่อถึงคราวเทศกาลกลางเดือน ๓ และเดือน ๔ จึงอุตส่าห์พยายามไปนมัสการกันทุก ๆ ปีมา แลต่างก็พยายามที่จะไปให้ครบ ๓ ครั้ง เพื่อตายไปไม่ตกนรกด้วย

รอยพระพุทธบาท ซึ่งพระเจ้าทรงธรรม โปรดให้สร้างเป็นมหาเจดียสถาน มีพระมหามณฑปสรวมรอยพระพุทธบาท แลสังฆารามที่พระภิกษุสงฆ์อาศัยอยู่บริบาลนั้น งดงามเพียงไรลองอ่านคำชมดังต่อไปนี้.

จากปุณโณวาทคำฉันท์

◎ "แม้ใครจะไปนบพระ　　พุทธบาทอันไพศาล
ยลพระมณฑปสถาน　　ที่ถกลแก่โลกา ฯ
๏ ประเล่ห์ไพชยนต์รัตน์　　พิมานอินทรเจษฎา
ดังดาวดึงษา　　สวรรค์สรรค์เสมอกัน ฯ
๏ ลืมแลบรมนิน-　　กรลืมบ่แลจันทร์
ลืมแลมไหศวรรย์　　พิภพราชมณฑล ฯ
๏ สุดสุขสุดเกษม　　นรนาถบดีดล
เหิมหื่นกมลชน　　อภิวันทนาการ ฯ"

วงศ์ เชาวนะกวี

ต่อมน้ำเหลืองโต

แพทย์หญิง อนงค์ เพียรกิจกรรม

ต่อมน้ำเหลือง มีอยู่ทั่วร่างกาย ในภาวะปรกติต่อมน้ำเหลืองจะเล็กไม่สามารถคลำได้ ยกเว้นที่บริเวณใต้ขากรรไกร และขาหนีบ เพราะเรามักมีฟันผุ เหงือกเป็นหนอง ต่อมทอนซิลอักเสบ หรือขาเป็นแผลบ่อย ๆ หน้าที่ที่สำคัญของต่อมน้ำเหลืองก็คือ กรองน้ำเหลืองก่อนจะถูกส่งเข้ากระแสโลหิต เป็นด่านกันก่อนที่โรคจะแพร่กระจายไปทั่วร่างกาย และทำหน้าที่สร้างภูมิคุ้มกันร่วมกับม้ามและไขกระดูก ทำให้เราเป็นโรคบางอย่างแล้วไม่เป็นอีกจนตลอดชีวิต เช่น โรคหัด โรคอีสุกอีใส ภูมิคุ้มกันบางชนิดเกิดอยู่ในระยะเวลาสั้น ๆ มนุษย์ได้นำการเกิดภูมิคุ้มกันมาประยุกต์ทำให้เราสามารถป้องกันโรคร้ายแรงบางโรคได้ เช่น ไข้ทรพิษ บาดทะยัก พิษสุนัขบ้า ไข้รากสาด ไข้สันหลังอักเสบ (โพลิโอ) และวัณโรค โดยให้กินหรือฉีดวัคซีนที่มีเชื้อโรคชนิดนั้นๆ ซึ่งได้ทำให้อ่อนกำลังลงแล้ว ร่างกายจะสร้างภูมิคุ้มกันขึ้นป้องกันโรคดังกล่าวได้ ภูมิคุ้มกันที่ร่างกายสร้างขึ้นนี้บางอย่างมีอายุสั้น ๆ เช่น ไข้รากสาด บาดทะยัก ต้องฉีดวัคซีนทุกปี สำหรับ ไข้ทรพิษ หรือฝีดาษ ควรปลูกฝีทุก ๓ ปี หรือขณะที่มีการระบาด

ต่อมน้ำเหลืองโต หรือ "ลูกหนู" ขึ้น เกิดขึ้นจากสาเหตุหลายประการด้วยกัน ผู้ป่วยมักจะคลำได้เอง หรือเห็นเอง ตามบริเวณคอ ใต้คาง ใต้ขากรรไกร เหนือไหปลาร้า รักแร้ เหนือข้อศอก ขาหนีบ และในท้อง บางครั้งก็เจ็บ บางครั้งก็ไม่เจ็บ สาเหตุส่วนใหญ่ของต่อมน้ำเหลืองโตมักเนื่องมาจาก

โรคติดเชื้อ ทั้งบัคเตรีและไวรัส วัณโรคของต่อมน้ำเหลือง เนื้องอกของต่อมน้ำเหลืองเอง หรือมะเร็งแพร่กระจายมาที่ต่อมน้ำเหลือง กว่า ๖๐ เปอร์เซ็นต์ของต่อมน้ำเหลืองที่โตเป็นโรคที่รักษาให้หายขาดได้ ต่อมน้ำเหลืองที่เจ็บมักมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อ เช่น ลูกหนูที่พบที่บริเวณใต้ขากรรไกร เกิดจากการติดเชื้อในช่องปากและลำคอ ลูกหนูบริเวณขาหนีบเกิดการติดเชื้อบริเวณขาและอวัยวะสืบพันธุ์ ฝีลูกประคำร้อยมีสาเหตุมาจากวัณโรคของต่อมน้ำเหลืองที่คอ ต่อมน้ำเหลืองที่โตเนื่องจากเนื้องอกของต่อมน้ำเหลืองเอง และมะเร็งบางชนิดที่แพร่กระจายมาที่ต่อมน้ำเหลือง อาจรักษาให้หายขาดได้ถ้าได้รับการรักษาทันท่วงที

โรค ฮอด์จคิน (Hodgkin's disease) เป็นเนื้องอกชนิดหนึ่งของต่อมน้ำเหลือง ซึ่งในปัจจุบันนี้สามารถรักษาให้หายขาดได้ถ้าได้รับการรักษาเสียแต่ระยะแรก ๆ โรคนี้มีการพยากรณ์โรคดีกว่าโรคเนื้องอกชนิดอื่น ๆ ของต่อมน้ำเหลือง อาการเริ่มแรกของโรคนี้จะมีต่อมน้ำเหลืองโต (๙๐–๙๓ เปอร์เซ็นต์ของผู้ป่วย) ตามคอ รักแร้ และขาหนีบ ที่คอพบบ่อยที่สุด (๖๐ เปอร์เซ็นต์) ส่วนมากระยะแรก ๆ ผู้ป่วยมักไม่มีอาการร่วมอย่างอื่น ๆ ระยะนี้อาจทอดเวลาได้นานเป็นปี ๆ กว่าจะมีอาการอื่น ๆ เช่น ไข้ น้ำหนักลด อ่อนเพลีย คันตามตัว และมีอาการของระบบต่าง ๆ ทั่วร่างกายเนื่องจากโรคนี้สามารถแพร่กระจายไปได้ทางกระแสโลหิตและหลอดน้ำเหลือง ประมาณ ๒๐ เปอร์เซ็นต์ของผู้ป่วยโรคนี้จะเจ็บบริเวณก้อนหลังดื่มสุรา โดยที่โรคนี้อาการไม่รุนแรงในระยะเริ่มเป็น ทั้งผู้ป่วยและแพทย์ต่างก็มีส่วนร่วมกันทำให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาช้าไป คนไข้คิดว่าตนเองไม่เป็นอะไรมาก แพทย์ก็ไม่อธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจแจ่มแจ้งพอ ตัวอย่างเช่นคนไข้รายหนึ่ง มีก้อนโตที่คอเมื่อหนึ่งปีครึ่งมาแล้วไปโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง แพทย์ตัดต่อมน้ำเหลืองออกไปตรวจ ผู้ป่วยไม่มีอาการอะไร

จึงไม่กลับไปพบแพทย์อีก ๖ เดือนต่อมาก้อนที่คอโตขึ้นมาอีกจึงไปโรงพยาบาลแห่งที่สอง แพทย์ตัดต่อมน้ำเหลืองออกไปตรวจอีกและให้การวินิจฉัยว่าเป็นโรคฮอดจ์คิน แต่ผู้ป่วยเห็นว่าไม่มีอาการอะไรจึงยังไม่รักษาอีก ๕ เดือนต่อมาเริ่มเป็นไข้ เป็น ๆ หาย ๆ ผอมลง แน่นท้อง กินอาหารได้น้อย อ่อนเพลียมาก จึงได้ไปรับการตรวจที่โรงพยาบาลแห่งที่สาม พบว่าโรคแพร่กระจายมาที่รักแร้ ในช่องท้อง มีตับและม้ามโต ช้าไปถึงหนึ่งปีครึ่งกว่าจะได้รับการรักษา ในบางรายผู้ป่วยอาจมีไข้เรื้อรังนำมาก่อน ผอมลง ต่อมน้ำเหลืองอาจไม่โต หรือโตก็ไม่มากทำให้ผ่านหูผ่านตาแพทย์ไปได้กว่าจะพบว่าเป็นโรคนี้นานถึงสองปีก็มี การวินิจฉัยทางพยาธิวิทยาโดยการตัดต่อมน้ำเหลืองออกไปตรวจ บางครั้ง (ส่วนน้อย) ก็ไม่อาจให้การวินิจฉัยได้แน่ชัดในระยะแรก ๆ ของโรค บางรายต้องตัดต่อมน้ำเหลืองไปตรวจถึงห้าครั้งจึงทราบแน่ชัดว่าเป็นโรคนี้ก็มี

ดังได้กล่าวแล้วข้างต้น จึงขอแนะนำว่าถ้าหากท่านมีก้อนขึ้นตามคอ รักแร้ ขาหนีบ หรือส่วนอื่นใดของร่างกาย ควรสนใจไปพบแพทย์ อย่าเบื่อหรือท้อใจหากแพทย์จำเป็นต้องนัดให้ไปตรวจบ่อย ๆ ติดใจสงสัยอะไรควรถามแพทย์อย่าเกรงใจ เพราะโรคต่อมน้ำเหลืองโตส่วนมากสามารถรักษาให้หายขาดได้ และโรคเนื้องอกของต่อมน้ำเหลืองเองโดยเฉพาะ เช่น โรค ฮอดจ์คิน รักษาแต่ระยะแรก ๆ ก็อาจหายขาดได้ อย่าปล่อยให้นาทีทองผ่านไปอย่างน่าเสียดาย โรคทุกชนิดไม่แต่โรคต่อมน้ำเหลืองโตเท่านั้น ถ้ายิ่งได้รับการรักษาเร็วเท่าใด โอกาสที่จะหายก็มีได้มากเท่านั้น.

เบาหวาน

โดย

แพทย์หญิง สุนิตย์ จันทรประเสริฐ

เบาหวาน เป็นโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หายขาด แต่ด้วยวิธีรักษาสมัยใหม่ในปัจจุบันนี้ผู้ป่วยเบาหวานสามารถมีชีวิตเป็นปรกติ และดำเนินชีวิตทุกอย่างเหมือนคนธรรมดาได้ เบาหวานต่างจากโรคอื่นที่เบาหวานเป็นโรคที่ผู้ป่วยต้องรักษาตัวเองมากกว่าแพทย์รักษา แพทย์เป็นเพียงผู้ให้การวินิจฉัยว่าเป็นเบาหวาน และควรได้รับการรักษาด้วยวิธีใด นอกจากนั้นขึ้นอยู่กับตัวผู้ป่วยเองที่จะต้องปฏิบัติ ดังนั้นผู้ป่วยควรต้องรู้เรื่องเบาหวาน, การดำเนินของโรค, อาการและโรคแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นอย่างดี เพื่อจะให้เบาหวานได้รับการบำบัดอย่างถูกต้อง และผู้ป่วยสามารถดำเนินชีวิตอย่างปรกติสุขได้

คำถามต่อไปนี้ เป็นคำถามที่ผู้เขียนได้รับและต้องตอบอยู่เป็นประจำจากการปฏิบัติงาน ในคลีนิคเบาหวานของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ และคำถามบางอันซึ่งผู้เขียนตั้งขึ้น เนื่องจากเห็นว่าผู้ป่วยเบาหวานควรจะทราบเพื่อเป็นความรู้ และเป็นประโยชน์ในการปฏิบัติตัวต่อไป.

๑) เบาหวาน คืออะไร

เบาหวาน เป็นโรคชนิดหนึ่งซึ่งร่างกาย ไม่สามารถเผาผลาญอาหารโดยฉะเพาะพวกแป้งและน้ำตาลให้เป็นไปตามปรกติ ทำให้มีน้ำตาลในเลือดสูงและล้นออกมาในปัสสาวะ

๒) เบาหวานเกิดขึ้นได้อย่างไร

สาเหตุของเบาหวานมีได้หลายอย่าง ในภาวะปรกติร่างกายมีฮอร์โมนชนิดหนึ่งขับออกจากตับอ่อน เรียกว่า อินซูลิน (Insulin) ทำหน้าที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ดังนั้นสาเหตุของเบาหวานมักเกิดขึ้นจากความผิดปรกติที่เกี่ยวข้องกับอินซูลิน ซึ่งแบ่งได้เป็นสาเหตุใหญ่ ๆ ดังนี้

๑. การสร้างอินซูลินน้อยไป เนื่องจากเซลล์ที่สร้างถูกทำลาย เช่น มีอาการอักเสบ หรือเนื้องอกของตับอ่อน

๒. มีฮอร์โมนอย่างอื่นในร่างกาย ที่ทำหน้าที่ตรงข้ามกับอินซูลินเพิ่มมากขึ้น ได้แก่ฮอร์โมนของต่อมพิตุทารี่ (Pituitary gland) ต่อมหมวกไต (adrenal gland) และต่อมไทรอยด์ เป็นต้น อาจพบเบาหวานในคนที่เป็นโรคคอหอยพอกเป็นพิษ (Hyperthyroidism) หรือพบเบาหวานในผู้ที่กินยาจำพวกสเตอรอยด์ (Steroid) เช่น เพรดนิโซน (Prednisone) ไดเอดดริสัน (Diadreson) ยาแก้ปวดข้อบางชนิด ยาเหล่านี้คนไข้มักซอบซื้อมากินเองแก้หืดบ้าง แก้ปวดบ้าง หรือเป็นยาอ้วนบ้าง

๓. เบาหวานที่ยังไม่ทราบสาเหตุแน่นอน ส่วนมากของคนไข้มักอยู่ในจำพวกนี้ คิดกันว่าสาเหตุอาจมีสารบางอย่างในร่างกายที่รวมกับอินซูลินหรือทำลายอินซูลิน ทำให้อินซูลินออกฤทธิ์ได้น้อยลงและเกิดเป็นเบาหวานขึ้น

๓) เบาหวานพบในใครได้บ้าง

เบาหวานเกิดได้ในคนทุกประเภท ทุกชาติ ทุกภาษา ทั้งในเด็ก ผู้ใหญ่ ผู้หญิง และผู้ชาย แต่พบในคนอายุสูงเกิน ๔๐ ปี มากกว่าในเด็ก เบาหวานในคนสูงอายุ พบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย ในคนอ้วนมากกว่าคนผอม ในผู้หญิงที่มีบุตรมาก มากกว่าผู้หญิงที่มีบุตรน้อย ในชายโสดมากกว่าผู้ชายที่แต่งงานแล้ว

๔) เบาหวานเป็นโรคติดต่อหรือไม่

เบาหวานไม่ได้เกิดจากการติดเชื้อ เช่น แบคทีเรียหรือไวรัส ดังนั้น เบาหวานจึงไม่ใช่โรคติดต่อ แต่เบาหวานถ่ายทอดโดยกรรมพันธุ์ได้ เพราะฉะนั้นคนที่มีญาติเป็นเบาหวาน มีโอกาสเป็นเบาหวานมากกว่าคนที่ไม่มีประวัติในครอบครัวเป็น

๕) คนกินหวานมาก มีโอกาสเป็นเบาหวานมากกว่าคนไม่กินหวานหรือไม่ ?

คนที่กินอาหารมากกว่าปกติเกินที่ร่างกายต้องการมีโอกาสเป็นเบาหวานมากขึ้น ไม่จำเป็นต้องอาหารหวานอย่างเดียว ในบางประเทศ อาหารส่วนใหญ่เป็นพวกแป้งและน้ำตาล แต่อัตราการเป็นเบาหวานไม่มากกว่าในประเทศอื่นที่กินอาหารหวานน้อยกว่าดังนั้นจำนวนที่กินสำคัญมากกว่าชนิดที่กิน

๖) เบาหวานจะรักษาหายหรือไม่

ในปัจจุบันยังไม่สามารถรักษาเบาหวานให้หายขาด แต่รักษาผู้ป่วยให้เหมือนคนธรรมดาได้ โดยวิธีควบคุมอาหาร กินยา หรือฉีดยา insulin แล้วแต่ความรุนแรงและชนิดของเบาหวาน ในบางระยะของโรคอาจรักษาได้โดยวิธีควบคุมอาหารอย่างเดียว ไม่ต้องใช้ยา แต่อย่าเข้าใจผิดว่าเบาหวานหายแล้ว และละเลยการปฏิบัติตัว จะทำให้เกิดโรคแทรกซ้อน หรืออาการเพิ่มขึ้นมากในระยะหลัง เป็นอันตรายได้ง่าย พบเสมอว่าผู้ป่วยเบาหวานที่ได้รับการรักษาจนกระทั่งสบายขึ้น ตรวจปัสสาวะไม่พบน้ำตาล ระดับน้ำตาลในเลือดปรกติ เข้าใจผิดว่าได้รับการรักษาให้หายแล้ว และหยุดการรักษา ต่อมาเกิดมีโรคแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายขึ้น ดังนี้เป็นต้น

๗) เบาหวานสามารถป้องกันได้หรือไม่

เนื่องจากเบาหวานยังเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด การหาวิธีป้องกันเบาหวานจึงเป็นเรื่องที่มีผู้สนใจกันมาก รวมทั้งการค้นคว้าหาสาเหตุของเบาหวานด้วย การตรวจพบเบาหวานในระยะเริ่มแรก และให้การรักษาแต่ต้นอาจทำให้เบาหวานหายไปชั่วคราวได้ หรือลดความรุนแรงของเบาหวานลง เพราะฉะนั้นการตรวจแต่ระยะเนิ่น ๆ ก็เป็นวิธีป้องกันวิธีหนึ่ง และอีกวิธีหนึ่ง เนื่องจากเบาหวานพบมากในคนอ้วน และคนที่กินมากกว่าปรกติ ควรระวังเรื่องอาหาร การลดน้ำหนัก อาจป้องกันเบาหวานได้

๘) ผู้ป่วยเบาหวานสามารถแต่งงาน มีบุตร ได้หรือไม่

ตอบว่า ได้ แต่ขณะตั้งครรภ์ควรได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดจากแพทย์ เบาหวานที่ไม่ได้รับการรักษาที่ดีขณะตั้งครรภ์จะทำให้แท้ง หรือแม่มีอาการของครรภ์เป็นพิษ (Toxemia of pregnancy) ได้มากกว่าคนธรรมดา.

๙) อาการของเบาหวานมีอะไรบ้าง และถ้าสงสัยเป็นเบาหวานจะตรวจได้อย่างไร

ผู้ป่วยเบาหวานมักจะมีอาการดังต่อไปนี้

๑. ปัสสาวะมาก กินน้ำมาก น้ำหนักลด

๒. อ่อนเพลีย เบื่อ ง่วงนอน

๓. คันตามตัว หรือบริเวณช่องคลอดในผู้หญิง

๔. ชาตามปลายมือ และเท้า

๕. ตามัว

๖. เป็นแผล หรือเป็นฝีบ่อย ๆ

ในบางรายอาจไม่มีอาการดังกล่าวเลยก็ได้ แต่ถ้าสงสัยหรืออยากทราบว่าเป็นเบาหวานหรือไม่ ควรหาแพทย์ให้ตรวจ ระดับน้ำตาลในเลือดและตรวจปัสสาวะ ท่านอาจตรวจปัสสาวะเองที่บ้านได้ โดยใช้น้ำยาเบนนิดิกหรือกระดาษที่ใช้ตรวจปัสสาวะ เช่นเทสเทป (Test tape) คลินิสติค (Clinistix) หรือยาเม็ดคลินิเทส (Clinitest) ในบางกรณีที่ตรวจไม่พบน้ำตาลในปัสสาวะ แต่ก็อาจเป็นเบาหวานได้ วิธีตรวจเลือด เป็นการตรวจเบาหวานที่ดีที่สุดในขณะนี้

๑๐) คนเป็นเบาหวานสามารถทำงาน ออกกำลังกายได้ เหมือนธรรมดาหรือไม่

การออกกำลังกาย ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดลดลง ร่างกายเปลี่ยนน้ำตาลไปเป็นพลังงาน ดังนั้นเบาหวานควรมีการออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ แต่การออกกำลังกาย อาหาร และยา ควรจะให้สมดุลย์กัน ในบางคนที่ปรกติทำงานเบา แต่มีการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว เช่น ไปว่ายน้ำ เล่นกีฬา หรือ ทำสวน เฉพาะในวันหยุด อาจมีน้ำตาลต่ำลงและมีอาการของน้ำตาลต่ำจนเป็นอันตรายได้ โดยเฉพาะในพวกที่ฉีดอินซูลิน ถ้าเป็นเช่นนี้วิธีแก้คือ เพิ่มอาหารในวันนั้นขึ้น หรือลดจำนวนฉีดอินซูลินลง

๑๑) อาการของผู้ที่มีน้ำตาลต่ำมากเกินไป หรือสูงเกินไป มีอะไรบ้างและเกิดขึ้นได้อย่างไร

สาเหตุของน้ำตาลต่ำ มักเกิดจากยามากเกินไป อาหารน้อยไป หรือออกกำลังกายมากเกินไป อาการจะเกิดขึ้นเร็ว มีเหงื่อออก หิวมากผิดปรกติ มือสั่น เวียนศีรษะ อาการจะหายไปทันทีภายหลังกินอาหารหรือน้ำตาลเพียง

เล็กน้อย ถ้าไม่ได้รับการรักษาอาจไม่รู้สึกตัวหรือมีอาการชักได้ ผู้ป่วยเบาหวานควรกินอาหารให้เป็นเวลา ตามกำหนด ในคนที่ขับรถ หรือนักธุรกิจที่บางครั้งไม่สามารถจะรับประทานอาหารได้เมื่อถึงเวลาควรมีน้ำตาลก้อน หรือขนมหวานติดตัวไว้ใช้ขณะจำเป็น.

น้ำตาลสูงผิดปรกติ มักเกิดจากไม่ได้รับการรักษาหรือเวลาที่มีไข้มีอาการอักเสบ ความต้องการของอินซูลินในร่างกายเพิ่มขึ้น ผู้ป่วยมักค่อย ๆ เริ่มมีอาการ ไม่เป็นขึ้นทันทีทันใด หิวช้ามากขึ้น อ่อนเพลียลง ถ้าเป็นมากอาจมีหายใจหอบ คลื่นไส้ อาเจียร ปวดท้อง และต่อมาไม่รู้สึกตัวได้

๑๒) คนเป็นเบาหวานสามารถทำงานได้ทุกอาชีพหรือไม่

อาชีพของผู้ป่วยต้องแล้วแต่ความรุนแรงของเบาหวาน ในรายที่เป็นน้อยสามารถทำงานได้เกือบทุกอาชีพ แต่ควรหลีกเลี่ยงการทำงานที่ต้องรับผิด-ชอบต่อสาธารณะชน เช่น อาชีพขับรถเมล์ หรือรถรับจ้าง โดยเฉพาะผู้ที่ฉีดอินซูลินหรือผู้ที่เกิดภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำได้ง่ายซึ่งในบางครั้งอาจมีอาการไม่รู้สึกตัว ทำให้เกิดอันตรายต่อฝูงชนได้ เบาหวานที่มีอาการรุนแรง หรือมีโรคแทรกซ้อน ควรหลีกเลี่ยงอาชีพที่อาจเกิดเป็นแผล เช่นอาชีพก่อสร้างเป็นต้น

๑๓) อาหารเบาหวานควรเป็นอาหารจำพวกใด และควรงดอาหารชนิดไหนบ้าง?

อาหารเบาหวานโดยทั่วไป คืออาหารที่ให้กำลังงาน (Calories) น้อยแต่มีประโยชน์แก่ร่างกายมาก มีพวก ไวตามิน เกลือแร่มาก เช่นอาหารพวกผัก พวกเนื้อสัตว์ควรระวังอาหารที่มีแป้ง น้ำตาล และไขมันมากเกินไป ของหวานจัด เช่น พวกทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง พวกเค้ก

น้ำอัดลม ควรงด ปริมาณของอาหาร แป้ง ไขมัน และโปรตีนมากน้อยเพียงไร ควรปรึกษาแพทย์ผู้รักษา ในคนอ้วนให้พยายามลดจำนวนแคลอรี่ลง คนผอมอาจกินอาหารพวกไขมันได้มากขึ้นเพื่อเพิ่มน้ำหนัก

น้ำผึ้งมักถูกกล่าวว่าเป็นยารักษาเบาหวาน ซึ่งไม่เป็นความจริง น้ำผึ้งเป็นน้ำตาลชนิดหนึ่ง ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นได้เช่นกัน

๑๔) ผู้ป่วยเบาหวานที่ฉีดยา ใช้ยากินแทนได้หรือไม่

เบาหวานโดยทั่วไป แบ่งได้เป็น ๒ ชนิด คือ เบาหวานที่เกิดในอายุน้อยหรือเกิดในเด็ก พวกนี้เกิดจากการขาดอินซูลิน การใช้ยากินไม่ได้ผล ต้องใช้ยาฉีด

อีกชนิดหนึ่งคือ เบาหวานที่พบในคนสูงอายุที่เกิน ๓๐ หรือ ๔๐ ปีไปแล้ว เบาหวานพวกนี้มักรักษาโดยยากินได้ แต่ถ้าเบาหวานมีอาการรุนแรงหรือเบาหวานที่กินยาได้แล้วไม่ได้ผล ก็ต้องฉีดยาเช่นเดียวกัน ถ้าแพทย์ของท่านลงความเห็นว่าควรจะต้องฉีดยาแล้วผู้ป่วยทุกคนควรรู้วิธี และหัดฉีดยาให้ตนเองให้ได้ การฉีดอินซูลินไม่ใช่ของยาก ลำบาก หรือน่ากลัวแต่อย่างใด ในครั้งแรกควรมีแพทย์เป็นผู้สอน เมื่อท่านฉีดเองสักครั้งสองครั้ง ต่อไปจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถปฏิบัติได้ง่าย การฉีดยาเองเป็นของจำเป็นมากสำหรับผู้ป่วยที่รักษาโดยวิธีฉีดอินซูลิน เพราะเป็นการประหยัดทั้งเวลา เงิน และให้ความสะดวกอย่างมาก เป็นไปไม่ได้ที่ผู้ป่วยจะต้องไปหาแพทย์ทุกเช้าเพื่อให้ฉีดยาให้จนตลอดชีวิต ถ้าเป็นดังนั้นท่านจะรู้สึกว่าการเป็นเบาหวานเป็นเรื่องทรมาน ท่านจะต้องเป็นคนป่วยอยู่ตลอดเวลา ไม่สามารถเดินทางไกลได้ เพราะกลัวไม่มีผู้ฉีดยาให้ การรักษาโดยวิธีกินยาสลับกับฉีดยาเป็นบางวัน เป็นวิธีรักษาที่ไม่ถูกต้องนัก ระดับน้ำตาลในเลือด

จะขึ้น ๆ ลง ๆ เนื่องจากฉีดยาส่วนมากออกฤทธิ์นานเพียง ๒๔ ช.ม. เบาหวานที่ได้รับการรักษาอย่างดีควร มีระดับน้ำตาลในเลือด เท่า หรือเกือบ เท่าคนปรกติทุกวัน

๑๕) ทำไมถึงต้องระมัดระวังให้ระดับน้ำตาลในเลือดปรกติ

เบาหวานที่ไม่ได้รับการรักษาดี จะมีอาการของโรคแทรกซ้อนเกิดขึ้นได้เร็วและรุนแรงกว่า โรคแทรกซ้อนที่สำคัญได้แก่ โรคทาระบบหลอดเลือด ระบบประสาท และระบบขับถ่าย โรคที่เกิดขึ้นได้แก่ โรคหลอดเลือดแข็ง ความดันโลหิตสูง เส้นเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจถูกอุดตัน ทำให้มีกล้ามเนื้อหัวใจตาย (Heart attack) เส้นเลือดในตาผิดปรกติ ตามัวลง หรือตาบอดได้ ทางระบบประสาททำให้มีอาการชา ร้อน เจ็บตามผิวหนัง ทางระบบขับถ่าย ทำให้มีไตพิการ เป็นต้น

ผู้ป่วยเบาหวาน นอกจากจะต้องระวังเรื่องอาหาร ยา และการออกกำลังกายให้สมดุลย์กันแล้ว การระวังรักษาเท้าไม่ให้เกิดเป็นแผลขึ้น เป็นของสำคัญอีกอย่างหนึ่งโดยเฉพาะในผู้ป่วยสูงอายุ ควรรักษาเท้าให้สะอาด รองเท้าไม่ควรให้หลวมหรือคับเกินไป ควรแช่เท้าด้วยน้ำอุ่นและเช็ดให้แห้ง อย่าตัดขูดเอง ถ้าเกิดมีแผลขึ้น ระวังอย่าใช้ยาที่แรงเกินไปทา เช่น ทิงเจอร์ไอโอดีน ควรล้างด้วยน้ำสะอาดหรือน้ำสะบู่อ่อน ๆ และปิดไว้ ถ้ามีแผลควรปรึกษาแพทย์ทันที ทั้งนี้เพื่อป้องกันการลุกลามถึงต้องถูกตัดขาได้

การรักษาเบาหวานไม่ใช่ของยาก แต่ต้องอาศัยความเอาใจใส่ ความร่วมมือของแพทย์และผู้ป่วยร่วมกัน มีผู้ที่มีชื่อเสียงมากมายในโลกในทุกอาชีพที่เป็นเบาหวาน สามารถดำเนินชีวิตทุกอย่างเหมือนก่อนเป็นเบาหวานได้ โดยวิธีปฏิบัติตัวดังกล่าวแล้ว.



พิมพ์ที่
โรงพิมพ์กรมสารบรรณทหารอากาศ
บางซื่อ กรุงเทพมหานคร โทร. ๕๒๕๙๓
นาวาอากาศเอก อุดม อังสวานนท์ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา
พ.ศ. ๒๕๑๖